



ПОРТАЛ О ВЫЖИВАНИИ,  
ОРУЖИИ И ТАКТИКЕ  
**ПРЕДСТАВЛЯЕТ**



**ОСТАТЬСЯ В ЖИВЫХ**

**В ЛЕСУ В ПУСТЫНЕ НА БЕРЕГУ**

**КУЛИНАРНАЯ**

**КНИГА**

**ВЫЖИВАЛЬЩИКА**

РАЗВОДИМ ОГОНЬ, ДОБЫВАЕМ ВОДУ,  
ГОТОВИМ ЕДУ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ  
УСЛОВИЯХ

Сборник

**Кулинарная книга выживальщика.**

**Остаться в живых: в лесу, в  
пустыне, на берегу. Разводим  
огонь, добываем воду, готовим  
еду в экстремальных условиях**

«Центрполиграф»

2017

УДК 641.5  
ББК 75.81

## **Сборник**

Кулинарная книга выживальщика. Остаться в живых: в лесу, в пустыне, на берегу. Разводим огонь, добываем воду, готовим еду в экстремальных условиях / Сборник — «Центрполиграф», 2017

ISBN 978-5-227-07372-3

<p id="\_GoBack">Куда бы ни забросила вас судьба: на далекий необитаемый остров или в глухую тайгу, знания, полученные из этой книги, помогут остаться в живых и не погибнуть с голода даже в самой безнадежной ситуации! Вдали от супермаркетов, холодильника, огорода... Не имея под рукой крана или колодца с чистой водой... Без плиты и печи, наедине с дикой и опасной природой вы всегда сможете добыть огонь, пропитание и воду! Специалисты интернет-портала «Last Day Club» знают, что делать, и с радостью делятся с читателями своими уникальными знаниями по выживанию в экстремальных ситуациях. Невозможно угадать наперед, куда занесут обстоятельства – в лес, в пустыню или на водоем, – нужно заранее быть готовым ко всему и суметь позаботиться о себе и спутниках. Вы узнаете множество рецептов заготовок и простейшие блюда из подручных продуктов, научитесь определять опасные и съедобные растения и грибы, ловить рыбу без удочки, находить воду в пустыне и разводить костер без спичек и зажигалки.

УДК 641.5  
ББК 75.81

ISBN 978-5-227-07372-3

© Сборник, 2017  
© Центрполиграф, 2017

## Содержание

Основные правила выживания	8
Будьте незаметны	9
Не будьте доверчивы	10
Относитесь с подозрительностью ко всему необычному, непонятному, а также к слишком привлекательному	11
Не стыдитесь своих опасений	12
Не доказывайте никому своей ловкости и храбрости	13
Учитесь самообладанию	14
Не говорите лишнего	15
Не рассчитывайте, что другие будут действовать по правилам	16
Будьте снисходительны	17
Будьте любопытны, внимательны к мелочам, внимательны	18
Будьте осмотрительны	19
Относитесь уважительно к существующему порядку вещей	20
Не надейтесь только на свои навыки выживания	21
Будьте индивидуалистом, хотя бы и тайным	22
Заботьтесь о своей репутации	23
Используйте чужой опыт	24
Освойте ходовую, хорошо оплачиваемую профессию, а лучше две или три	25
Будьте наготове всегда	26
Относитесь к одежде как к простейшим доспехам	27
Делайте запасы жизненно необходимых вещей	28
Закаляйтесь, избегайте комфорта	29
Минимизируйте свои физические контакты	30
Конфликтуйте, но умеренно	31
Заботьтесь о достаточном количестве положительных эмоций	32
Не доставляйте беспокойств окружающим	33
Помогайте людям	34
Обретайте друзей	35
Рассчитывайте всегда только на себя	36
Будьте решительны и упрямы, когда дело касается выживания	37
Проявляйте гибкость	38
Развивайте свои охранительные инстинкты и интуицию	39
Верьте в свою удачу	40
Готовьтесь к моменту, когда потребуется напряжение всех сил	41
Заботьтесь о благополучии своего города, своей страны, человечества в целом	42
Основные операции для выживания и приготовления пищи	43
Высекаем огонь	43
Условия для добычи огня	44
Способы разведения огня	45
Разведение огня во влажном лесу	49
Виды костров	51
Пожар	54
Добываем воду	55

Поиск и сбор воды	56
Поведение при катастрофах	58
Поведение при ядерном взрыве и радиоактивном заражении	59
Поиск и добыча воды в пустыне	60
Конец ознакомительного фрагмента.	61

**Кулинарная книга выживальщика.  
Остаться в живых: в лесу, в пустыне, на  
берегу. Разводим огонь, добываем воду,  
готовим еду в экстремальных условиях**

© Bjorns, N., текст, 2017

© «Центрполиграф», 2017

\* \* \*

## **Основные правила выживания**

Невозможно обеспечить надежное личное благополучие, если неблагополучно общество в целом, поэтому всякий человек должен предпринимать значительные усилия для приведения в должное состояние социальной организации, искусственной среды, биосферы.

В своем стремлении к безопасности руководствуйтесь в первую очередь нижеследующим.



## Будьте незаметны

Чем вы более отличаетесь от других (богаче, выше по должности, красивее, популярнее), тем больше внимания вам придется уделять своей безопасности, если хотите *жить без ненужных приключений*. Людям свойственно испытывать враждебность к тем, кто слишком отличается от большинства в лучшую или в худшую сторону. Конечно, многие восхищаются первыми и жалеют последних, но будет достаточно много неприятностей от тех, кому такие чувства несвойственны. Особенно опасно выделяться в лучшую сторону, поскольку зависть располагает к враждебности больше, чем презрение, и к тому же у преуспевающих есть что отнять.

## **Не будьте доверчивы**

Лучшие друзья могут однажды стать предателями. Многие мошеннические приемы строятся на том, что люди не хотят обижать других своим недоверием. Избегайте легкой выгоды и чрезмерно доброжелательных людей: где мягко стелют, там больно падать. Свою бдительность можно оправдывать привычкой соблюдать некоторый порядок, любопытством, заботой о ближнем.

## **Относитесь с подозрительностью ко всему необычному, непонятному, а также к слишком привлекательному**

Лучше держаться подальше от странных людей, странных вещей, странных обстоятельств, а в многообещающих обстоятельствах ожидать подвоха. Будьте в этом отношении инертным и нелюбопытным. Старайтесь не обращать на себя лишнего внимания.

## **Не стыдитесь своих опасений**

Кто боится, тот останется цел. Если вам страшно ходить по карнизу, плавать на глубоком месте, кататься на лыжах с крутой горы, значит, с инстинктом самосохранения у вас все в порядке. Прислушивайтесь к нему, гордитесь им. Жизнь в окружении опасностей, постоянная бдительность и эпизодическое переживание страха – это нормально. Человек приспособлен к этому эволюционно, и для него неблагоприятно лишь значительное отклонение от таких условий в ту или другую сторону.

## **Не доказывайте никому своей ловкости и храбрости**

Бывает, молодые люди хотят блеснуть перед девушками или перед приятелями. В дружеской компании каждый вообще становится безрассуднее. Люди заводят друг друга избитыми репликами (вроде «кто не рискует, тот не пьет шампанского»), потом совершают «подвиг» и всю оставшуюся жизнь проклинаят свою глупость.

## **Учитесь самообладанию**

Вырабатывайте в себе способность не поддаваться чувствам при наличии значительной угрозы (сдерживайте себя при наличии соблазна, не реагируйте на оскорбления).

## **Не говорите лишнего**

Можно быть разговорчивым, но обходить рискованные темы. Избегайте рассказывать кому-либо то, что может быть использовано против вас. Будьте особенно осторожны в оценочных суждениях. Кроме прочего, это пригодится для карьеры.

## **Не рассчитывайте, что другие будут действовать по правилам**

Переходя улицу, имейте в виду, что водитель приближающейся машины может быть пьяным, или психически ненормальным, или чрезмерно занятым своими мыслями.



## **Будьте снисходительны**

Каждый имеет право на ошибки и слабости. Не приставайте с замечаниями к тому, кто плюнул на пол в общественном месте: у каждого человека может быть настроение, когда хочется крушить все подряд. Если вы со своим замечанием не попадете ему под горячую руку, это желание может остаться нереализованным. Также не проявляйте чрезмерной агрессивности: не наживайте врагов по пустякам, даже если эти враги кажутся неопасными. Прощайте тех, кто причинил вам зло ненамеренно, кто осознал свою неправоту в отношении вас и стремится исправиться. Миритесь с теми, с кем вы квиты.

## **Будьте любопытны, внимательны к мелочам, внимательны**

Непонятное – значит опасное. Известная опасность предпочтительнее неизвестности. Распознавайте первые признаки приближающейся неприятности. Если вы потеряли ключ от квартиры, но быстро нашли его в траве перед домом, не успокаивайтесь: ситуация может повториться с менее благоприятным исходом.

## **Будьте осмотрительны**

Буддистский афоризм «Мудрый смотрит во все стороны» оправдан жизнью.

Принимая решение, старайтесь учитывать даже мелкие детали, а не только те, которые бросаются в глаза. Если слишком сосредоточенно вглядываться в какую-то одну опасность, можно упустить другие. Прогнозируйте отдаленные последствия своих и чужих поступков. Действуйте с учетом возможного изменения своих мнений и решений в будущем. Не относитесь пренебрежительно к людям, от которых вам ничего не надо. Вообще, не будьте в чем-то абсолютно уверенным и по возможности оставляйте себе пространство для маневра.

## **Относитесь уважительно к существующему порядку вещей**

Не все плохо, что на первый взгляд представляется глупым. Стремиться к усовершенствованиям, конечно, надо, но при этом следует проявлять осторожность. Случается, люди уже не могут объяснить, почему действует то или иное правило, но это не значит, что от него нет пользы.

## **Не надейтесь только на свои навыки выживания**

Они сослужат вам плохую службу, если породят чрезмерную уверенность в своих силах.  
Чаше тонут те, кто умеет плавать.

## **Будьте индивидуалистом, хотя бы и тайным**

Поддерживайте в себе способность расходиться во мнениях с большинством. Звучит истина в словах древнего философа Бианта из Приены: «Большинство – зло». Конечно, обычно лучше маскироваться под заурядного человека, но внутренне вы должны быть свободны от заблуждений толпы. Такого рода двойственность – удел всякого умного человека, который не хочет иметь дополнительных неприятностей. А для кого невыносимо все время скрывать свои мысли, тот слишком слаб и потому недостоин жить.

## **Заботьтесь о своей репутации**

Она – важный ресурс. Попробуйте выгодно пристроить свою порядочность: найдите такое место работы, на котором хорошо за нее платят. Не лгите по мелочам. Греша против истины, хорошо запоминайте сказанное. Существенные детали можно даже записывать.

С другой стороны – кто достигает широко признанного морального идеала, тот вряд ли проживет долго. Этот идеал существует для того, чтобы к нему умеренно тянулись, а не для того, чтобы ему неукоснительно следовали.

## **Используйте чужой опыт**

Узнав о чужом несчастье, думайте не о том, как хорошо, что оно вас миновало, а о том, что надо сделать, чтобы с вами не случилось то же самое. Надо учиться на чужих ошибках, а не на собственных.



## **Освойте ходовую, хорошо оплачиваемую профессию, а лучше две или три**

Предпочтительнее такие профессии, которые не зависят от условностей цивилизации и поэтому окажутся полезными даже вдалеке от нее или в случае, если от нее мало что останется. Врач, специалист по рукопашному бою, сапожник, столяр способны хорошо зарабатывать и в благополучное время, а в случае всеобщего развала умрут от голода несколько позже, чем программист, адвокат и брокер.

## **Будьте наготове всегда**

Устраивайтесь во всяком месте так, чтобы к вам не могли незаметно приблизиться сзади, чтобы ничто не упало вам на голову и т. д. Во всяком помещении занимайте по возможности такое место, чтобы было видно входящих и чтобы при необходимости можно было легко его покинуть. Всегда имейте при себе аварийный набор – вещи, которые понадобятся, если вы получите рану, заболите, порвете одежду, попадете под дождь, будете ночевать вне дома и т. д. Носите с собой нож – большой, складной, острый. Он ценен прежде всего как инструмент универсального применения – от вскрытия консервных банок до элементарной хирургической операции. Всегда держите при себе зажигалку или спички. Огонь – это средство освещения, обогрева, обработки ран, отпугивания хищников и т. д.

## **Относитесь к одежде как к простейшим доспехам**

Она проявит свои защитные свойства в экстремальной ситуации (если придется ползать, пробираться через заросли, драться, спастись от пожара и т. д.). Подыскивайте одежду неброского цвета и фасона, из прочной ткани, с длинными рукавами и штанинами, без украшающих элементов, которыми можно за что-нибудь зацепиться.

## **Делайте запасы жизненно необходимых вещей**

Если дела идут хорошо, используйте появившиеся у вас ресурсы для того, чтобы лучше подготовиться к возможным неприятностям. Храните запасы рассредоточенно, в защищенных местах. Не хвастайтесь тем, что они у вас есть.

## **Закаляйтесь, избегайте комфорта**

Умеренные неприятности нужны для поддержания способности к сопротивлению. Счастливым быть вредно. Лучше испытывать небольшие колебания вблизи состояния относительного благополучия. Чтобы не простужаться, надо регулярно мерзнуть (закалять себя холодом). Чтобы не теряться в перебранке и в драке, надо не слишком редко иметь столкновения с окружающими. Каждый день упражняйтесь в насилии над собой: в преодолении лени, страха перед болью, в отказе от удовольствий. Ищите удовольствие во власти над своими слабостями. Кто не ест конфет, тот не будет корчиться в зубоврачебном кресле. Кто каждый день бежит, тот проживет без инфаркта.

## **Минимизируйте свои физические контакты**

Если можно не трогать, не братьяся, не прислоняться без больших неудобств, то и не следует этого делать. Если какой-то предмет на дороге привлечет ваше внимание, то лучше оставить его лежать дальше. Если кто-то не протянет вам руки первым, то лучше не протягивать и своей. Это защитит вас от заразы, травм, грязи, ловушек и глупых шуток. Кроме того, вы будете оставлять вокруг себя меньше следов, а это когда-нибудь может оказаться кстати.

## **Конфликтуйте, но умеренно**

Без чрезмерного напряжения, с оправданным риском и не более, чем необходимо. Жизнь – борьба. Для кого это неприемлемо, тот не от мира сего и может существовать в нем лишь за чужой счет или при особо большом везении.

## **Заботьтесь о достаточном количестве положительных эмоций**

Быть осторожным – не значит заранее переживать возможные неприятности. Искать во всем прежде всего плохое – не значит огорчаться по поводу отсутствия хорошего.



## **Не доставляйте беспокойств окружающим**

Не делайте другим людям того, чего не хотите дождаться от них. Учитывайте, что другие могут быть менее грубыми существами, чем вы, и то, что для вас терпимо, для них может быть чрезмерно. Жертвовать другими ради своего блага можно, но только в крайнем случае – когда это необходимо для выживания.

## **Помогайте людям**

Но только тем, от кого есть или может быть какая-то польза вам или обществу. Так или иначе, на всех нуждающихся у вас ресурсов не хватит, и надо тратить эти ресурсы эффективно.

В оказании помощи страждущим не надо переусердствовать: все люди должны умеренно страдать, поскольку только это поддерживает в них способность к выживанию.

## **Обретайте друзей**

Должно быть много людей, которые чем-то вам обязаны и потому, возможно, помогут в трудных обстоятельствах или хотя бы воздержатся от причинения вам зла. Можно оказывать людям ценные услуги, не вводя себя в большие расходы.

## **Рассчитывайте всегда только на себя**

Не ждите, что врач вас вылечит, полицейский защитит, а друг в трудный момент подставит свое надежное плечо.

## **Будьте решительны и упрямы, когда дело касается выживания**

Игнорируйте условности. Не заботьтесь об оправданиях. Когда приходит пора искать оправдания, бывает достаточно умеренной сообразительности, чтобы обеспечить их себе с избытком.

## **Проявляйте гибкость**

Если не можете изменить мир, изменяйтесь сами. Быть упрямым следует лишь тогда, когда это может привести к успеху. Способность адаптироваться – основной компонент живучести у всякого организма, а для людей еще и признак ума. М. Монтень («Опыты», кн. I, гл. XII): «Если кто-нибудь пользуется славой человека решительного и стойкого, то это вовсе не означает, что ему нельзя уклоняться, насколько возможно, от угрожающих ему бедствий и неприятностей, а следовательно, и опасаться, как бы они не настигли его. Напротив, все средства – при условии, что они не бесчестны, – способные оградить нас от бедствий и неприятностей, не только дозволены, но и заслуживают всяческой похвалы. Что до стойкости, то мы нуждаемся в ней, чтобы терпеливо сносить невзгоды, с которыми нет средств бороться. Ведь нет такой уловки или приема в пользовании оружием во время боя, которые мы сочли бы дурными, лишь бы они помогли отразить направленный на нас удар».

## **Развивайте свои охранительные инстинкты и интуицию**

Прислушивайтесь к своим страхам, симпатиям и антипатиям. Вытаскивайте в область сознания свои смутные предчувствия, разбирайтесь с ними, принимайте меры – чтобы никогда не восклицать с досадой: «Я так и знал!» Нередко люди из вежливости, из чувства долга, из стремления быть «как все» или из нежелания оказаться чрезмерно мнительными делают то, к чему у них не лежит душа, и потом долго об этом сожалеют.

## **Верьте в свою удачу**

Это единственное, во что стоит верить. Кто теряет надежду на лучшее будущее, тот теряет способность жить.



## **Готовьтесь к моменту, когда потребуется напряжение всех сил**

Возможно, такой момент случится в вашей жизни не один раз. Надо встречать его с воодушевлением. Это будет возможность доказать правильность всей вашей предшествующей жизни. Не бойтесь смерти. Это однократный и не всегда болезненный акт, вспоминать о котором к тому же вряд ли придется. Будьте готовы к риску и даже к самопожертвованию. Не так уж редко случается, что больше шансов выжить имеет тот, кто не боится умереть.

## **Забойтесь о благополучии своего города, своей страны, человечества в целом**

Невозможно обеспечить приемлемое будущее своим потомкам, не улучшая общество и среду его обитания.

Забойться о собственной безопасности не означает видеть во всем лишь плохое, всех подозревать, постоянно думать о разных неприятностях, бороться за стерильность, таскать на себе, как вериги, тяжелый аварийный комплект и поминутно оглядываться. Можно во много раз снизить угрозу для своего здоровья и своей жизни, предпринимая совсем незначительные усилия, которые, став привычными, почти не отвлекают от других дел. Для детей создание запасов и аварийных наборов, отработка приемов выживания – это и вовсе увлекательная игра.

Человек, следующий правилам безопасности, сохраняет свое здоровье и имущество и тем самым расширяет свои возможности получения удовольствий от жизни. Он спокойно встречает трудности, потому что уверен в своей способности перенести их без чрезмерного напряжения сил. Когда в обществе случается какая-нибудь катастрофа и другие мечутся с расширенными от ужаса глазами, он спокойно запирает свою бронированную дверь и открывает банку любимых консервов. Конечно, он оказывает другим людям некоторую помощь: в благополучное время – советами, в неблагополучное – едой, лекарствами и прочим, но делает это не для всех и не в большом количестве, потому что каждый должен сам расплачиваться за свою безопасность (иначе не будет стимула к исправлению). Кто не в состоянии предвидеть, подготовиться, приспособиться, выдержать, тому, может быть, вообще не следует жить, потому что, чем больше таких беспомощных выживет благодаря поддержке извне, тем слабее будет человеческая популяция в целом.

Надо заметить, у большинства людей иногда проявляется в той или иной степени потребность в острых ощущениях, в переживании опасностей. Это вообще применимо в отношении любых эмоций, недополучаемых естественным образом, а извращением является только в случае чрезмерности. Для многих личностей психопатического склада показной риск может быть также способом привлечь к себе внимание, стать особенным и тем самым достичь состояния удовлетворенности. Далее, многие люди зарабатывают риском себе на жизнь, то есть выполняют работу, которая высоко оплачивается именно потому, что опасна. Таким образом, надо различать риск выгодный и риск невыгодный. Назначение «искусства выживания» – сокращение невыгодного риска (среди прочего для того, чтобы человек имел больше возможностей подвергать себя риску выгодному). Надо беречь себя для чего-то существенного – в том числе, возможно, и для самопожертвования. Кто хочет добиться больших результатов, тот во многих случаях вынужден серьезно рисковать, и ему совершенно не нужны дополнительные угрозы, порождаемые беспечностью, незнанием и глупостью.

Чтобы выжить в неблагоприятных условиях, человеку потребуется немало условий. Если вы имеете доступ к воде и еде, другие трудности преодолете обязательно.

*А. Бурьяк. Правила выживания*

## **Основные операции для выживания и приготовления пищи**

### **Высекаем огонь**

Чтобы приготовить еду, необходимы два условия – огонь и вода.

Еще в те времена, когда мамонты были большими, а люди – маленькими, пламя костра считалось животворным и священным. С той поры поменялись имена, одежда и названия. Но некоторые вещи не меняются никогда. Огонь и сейчас может стать границей между жизнью и смертью. С его помощью сушат одежду, подают сигналы, готовят пищу и создают уют. Огнем отпугивают опасных животных, а его дымом – насекомых. Его используют для нагревания металлических и обжига глиняных изделий, а также заострения палок. Пламени для жизни нужна определенная температура и достаточное количество кислорода: есть ветер – пламя вспыхнет так, что появится большой жар и быстро сгорит топливо; ветер стих – огонь уменьшился, зато есть угли. Огонь динамичен, как и все вокруг него. Он – частичка жизни.

Разведение огня на открытой местности – это умение, которым в разной степени совершенства владеет практически любой мужчина. Суметь же это сделать так быстро и умело, чтобы все удивились, означает выйти на профессиональный походный уровень, где и банку консервную можно руками открыть, и рыбу без крючка поймать.

Не стоит забывать, что умение развести огонь в любых условиях из, казалось бы, непригодных для этих целей материалов – бесценный навык для выживания в диких условиях. К счастью, за многовековую историю человечества способов высечения пламени собралось приличное количество. Предлагаем рассмотреть несколько интересных трюков сотворения огня, которые помогут вспыхнуть костру, даже если под рукой есть только «ничего» и камень.

## **Условия для добычи огня**

### **Подготовка**

Для разведения костра нужно приготовить достаточное количество трута, растопки и топлива. Затем нужно тщательно выбрать место для очага – за костром нужно следить, или будет беда: ветер может сорвать искру и раздуть пожар, или тот же ветер погасит пламя.

### **Очаг**

Для очага нужно выбрать укрытое место, особенно на ветреной территории. Уберите все сухие веточки, травинки, мох и хвою в круге диаметром до 2 м. На сырой земле или на снегу сделайте платформу из сырых поленьев. Если ветер очень сильный, делайте в грунте углубление в виде ящика или котелка и разводите костер там. Еще хорошо обложить огонь камнями, чтобы и тепло сохранить, и топливо сэкономить. Камни выбирайте сухие, потому что мокрые при нагревании могут «взорваться» и поранить вас осколками.

### **Трут**

На эту роль подходят: обработанный трутовик, березовая кора, сухая трава, птичий пух, вата из подкладки одежды, тонкие стружки – все, что загорится от одной искры. Но заметьте, что он обязательно должен быть сухим. Поэтому не упускайте возможность заготовить трут и хранить его в герметичном контейнере.

### **Растопка**

Для растопки зачастую берут тонкие сухие прутья. Обратите внимание на их достаточное количество, поскольку они быстро прогорают. Они обязательно должны быть сухими.

### **Топливо**

В качестве основного топлива берите дрова из сухостоя. Лучше, конечно, дуб – горит долго, тепла выделяет много. Ель, сосна, каштан, ива быстро прогорают и дают искры. Если вам нужно погонять гнус, комаров – берите смешанные дрова, сухие и влажные: дым разгонит насекомых, а плохое горение надолго обеспечит огонь. В Арктике и Антарктике жир птиц и тюленей – практически единственный источник горючего. В тундре для этого используется низко стелющаяся ива, карликовая береза и можжевельник. Переселенцы Дикого Запада использовали для костров помет бизонов, в Индии до сих пор для этих целей используют коровьи «лепешки». На осушенных болотах можно найти торф. Он легко режется. Сложенный кирпичиками с большими промежутками, быстро высыхает и легко загорается. Ну и конечно, нефтепродукты – мазут, бензин, антифриз. Можно смешать автомобильное горючее с песком и жечь в каком-нибудь контейнере, например бочонке.

## Способы разведения огня

### Спички

Самое простое средство для разжигания огня – спички. Имейте всегда с собой герметичный контейнер со спичками, и множество сложных ситуаций вас обойдут стороной. Еще можно гидроизолировать каждую спичку по отдельности: для этого на спички накапывают растопленным стеарином или воском с горящей свечи, а перед использованием ногтем сдирают влагозащитный слой. Если спички сыроваты, можно подсушить их, поведя по своим собственным волосам, при условии, что они сухие и не жирные. При трении возникает статическое электричество, которое не только благотворно подействует на спички, но и добавит вам шарма, распушив прическу. Итак, разжигаем огонь. Для этого делаем небольшую подушечку из трута, вокруг которой в виде шалаша располагаем растопку. Когда растопка хорошо разгорелась, можно подкладывать деревяшки покрупнее. А еще можно вязку тонких, как спички, прутиков разжечь и вложить в шалаш.

### Линза

У вас есть очки, стеклянная бутылка, ну или вы нашли осколок бутылки, а на небе солнышко играет лучами. Тогда вам остается только сфокусировать солнечный луч, проходящий через имеющуюся линзу, на пучке сухой травы, подушечке трута, стружках. Пошел дымок, появились маленькие язычки пламени – раздуваем и разводим необходимый нам костер.

Добыть огонь поможет дешевенькая пластиковая линза Френеля. Ничего не весит, места не занимает. В солнечную погоду может очень выручить, если нужно развести огонь. Добавьте кусочек сухого трута, и костер будет!

Линзу можно соорудить из подручных материалов: пакета, презерватива, бутылки. Наполняем прозрачный пакет или пластиковую бутылку водой и пробуем сфокусировать солнечные лучи. Разводить в безветренном месте, «линзу» лучше укрепить и оставить. Загорится, обязательно загорится.

Есть похожий вариант. В одном из сезонов «Разрушители мифов» ведущие добыли огонь с помощью линзы из льда, сделанной в форме шара. Значит, из готового льда можно вырубить линзу и добыть огонь. Чтобы создать такую линзу самому, можно налить в пакет воду и придать ему форму шара, обложив снегом или грунтом. Когда замерзнет – получится линза.

### Порох

При условии, что у вас при себе есть оружие, для поджигания трута вполне можно воспользоваться порохом из патронов. Разобрав патрон, высыпьте порох на трут, а затем с помощью кремня высекайте искру.

### Кремень

Этот камень встречается практически по всему миру. При ударе им о металл высекаются искры, помогающие в разжигании огня.

В качестве кресала подойдет обломок стали, желательно закаленной. А с кремнем тяжелее, хоть этот кремень и валяется на дороге. Мягкие породы искры не дадут, нужно найти очень

твердый камень. Обычно такие камни напоминают стекло мутноватого или даже прозрачного вида. Выбить искру из окатанного камня нельзя, гальку нужно расколоть и высекать искру от острого края. Попробуйте на искру несколько камней и берите самый искристый. Трут должен быть очень сухим, его нужно набрать из тонких волокон дерева, подойдут х/б носки, ватоподобный пух растений загорается от малейшей искры, высекайте в безветренном месте, трут рекомендуют держать над кремнем.

Можно осуществить добычу огня старым добрым дедовско-прадедовским способом, с помощью того самого огнива, что было, почитай, у каждого нашего предка в тормозке еще каких-нибудь 150 лет назад. Почти вчера.

### **Аккумуляторная батарея**

Фонарик у вас точно есть. Нет? Тогда плеер, радио. Да снимите вы аккумулятор с машины! Берем два отрезка провода, зачищаем концы с обеих сторон. Каждый отрезок одной стороной закрепляем на одной из клемм. Свободные концы медленно и аккуратно подносим друг к другу в непосредственной близости от трута (в этом качестве замечательно подойдет кусочек ткани, смоченный бензином). Искра попадает на трут, и вы спасены.

### **Трение**

#### ***Трение веревки о сухую палку***

Сосновая палка, в ней расщеп, в него трут кладете так, чтобы под палкой было пространство. Веревка нужна желательнее из натуральных волокон, на концах прикрепите деревяшки, как у цепной пилы. И соответственно, пилите, Шура. Пилить нужно с большим нажимом быстрыми короткими движениями. Буквально на счет «десять» начинает дымить. Останется лишь раздуть огонь.

#### ***Трение ватного шарика***

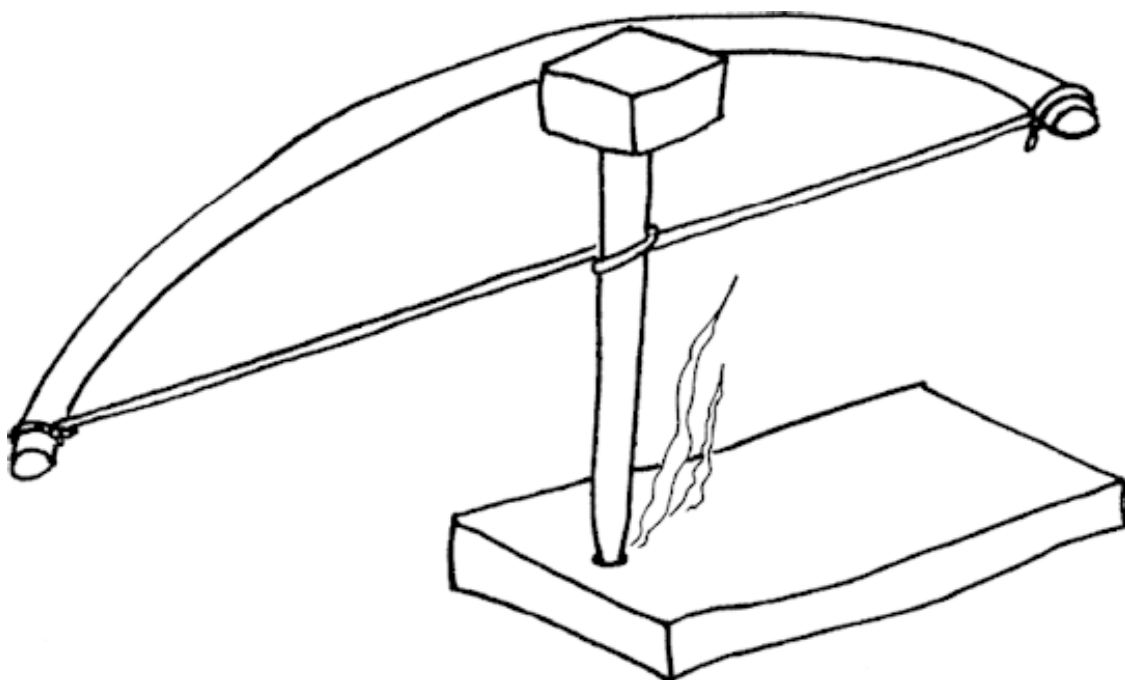
Между двух сухих дощечек положите кусочек ваты от телогрейки, например, и утюжьте туда-сюда, пока не начнет тлеть. По рассказам стариков, огонь очень легко добывается.

#### ***Трение палки о другую палку***

В сухой и мягкой деревянной дощечке сделайте канавку, в которую нужно вставить под углом 45 градусов твердую деревянную палочку. Нажимая сверху на палочку, водите ею по канавке нижней дощечки, в крайней точке соберется истертый материал, через время твердая палочка наберет нужную температуру. Вначале появятся клубы дыма. Затем можно наблюдать, как начинает накапливаться древесный порошок шоколадного цвета. Отдельные частицы этого порошка, увлекаемые быстрым движением, выбрасываются дальше. Можно отчетливо видеть, как они падают, дымясь, хотя искр не видно. Очаг горения возникает там, где накапливается кучкой горячий порошок, куда свободно поступает воздух и поддерживает горение. Лучшие материалы – сосна и бук. Не рекомендуется применять в этих целях липу и осину.

#### ***Сверление***

В мягкой сухой древесине сделайте углубление и канавку для подхода воздуха, возьмите твердую сухую палочку и вставьте в углубление, сверху прикрыв камнем. Вокруг углубления насыпьте материал для растопки, трут или фитиль, мох, ворсу и т. д. Сухую твердую палочку приведите в движение луком, который перехлестом надевают на палочку. Наилучшие результаты по времени дает сверление сосны буком. Не рекомендуется применять в этих целях липу и осину.



**Рис. 1. Лучковое веретено**

Эффективнее можно использовать *лучковое веретено* (см. рис. 1 на с. 21). Это простое устройство, однако, требует нешуточной практики. А еще лучше, когда с этим приспособлением работают в паре: один прижимает грузиком-упором веретено из твердой древесины сверху, второй с помощью «лука» вращает это веретено. Нижний конец веретена заострен и упирается в плашку из мягкой древесины, при вращении «производя» трут из мелкой древесной пыли. При достаточной скорости вращения создается необходимая температура для воспламенения трута. Веретено делается из дуба, ясеня, бука. Плашка из сосны, ели. На тетиву для лука вполне могут пойти шнурки от ботинок. Грузиком для прижатия назовем плоский небольшой камень. Таким же способом добывают огонь и при помощи ручного веретена. Только этот способ предпочтительно практиковать в перчатках, если ваши ладошки вам дороги.

### **Химикаты**

Есть некие химические соединения, способные воспламеняться при трении, ударе, добавлении катализатора.

Перманганат калия и сахар в пропорции 9:1 вспыхнет при добавлении глицерина (глицерин – компонент антифриза).

Хлорат калия (входит в таблетки от горла – читайте состав на пачке) и сахар в пропорции 3:1 – сильная зажигательная смесь при добавлении нескольких капель серной кислоты (есть в аккумуляторе машины).

### **Зеркало из жестяной банки**

Дно пивной банки представляет собой вогнутое зеркало, которое способно сфокусировать солнечные лучи, если его отполировать, то можно использовать для добывания огня.

## **Кузнечный способ**

Если в течение 3 минут бить по гвоздю молотком, проворачивая его, то можно прикурить сигарету от гвоздя, соответственно и трут можно поджечь.

## **Зажигалка из картофеля**

Для того чтобы разжечь огонь, сначала нужно сделать, так сказать, «электрогенератор». Для создания генератора вам понадобится: картофеля, 2 зубочистки, нож и чайная ложка (опционально), 2 провода, зубная паста, соль.

Провода следует зачистить! Картофель разрезать на две половинки при помощи ножа. Провода продеть через половинку картофеля. С помощью ложечки сделать в другой половинке картофеля выемку (ямочку) – размер ямочки равен размеру ложечки. Зубную пасту смешать с солью и наполнить ею выемку в половинке картофеля. Соединить 2 половинки (провода с внутренней стороны следует подогнуть, но так, чтобы они были обмакнуты в зубную пасту). Половинки картофеля соединить с помощью зубочисток.

Для добывания огня следует намотать кусочек ваты на один из проводов, подождать пару минут (батарея должна зарядиться). Затем следует поднести провода друг к другу до возникновения искры.

Есть и другие способы получения огня без спичек, зажигалок, современных ферроцериевых огнив. И владение каждым из них дает вам большую уверенность в самых разных ситуациях. Что вы не замерзнете, приготовите себе пищу, обеззаразите воду в ситуациях, где другой сложит лапки. Больше ничего это не дает. Никакой сакральной «религиозной» сущности во владении десятью способами нетрадиционного разведения огня нет. Кому не надо – тому и не надо.



## Разведение огня во влажном лесу

Весенний лес. Сырой, грязноватый уже снег, воздух насыщенный влагой, с неба сыплется льдистая водяная пыль. Даже береста на березах кажется сырой насквозь, хотя это просто невозможно. О сухой траве нет и речи, редкие, чудом уцелевшие на ветвях прошлогодние листья обвисли, напитанные влагой. У вас есть огниво, трут, но никакой растопки, чтобы из полученного тлеющего уголька получить огонь.

Что же сделать, чтобы развести костер вопреки очевидно безнадежной ситуации?

Во-первых, раздобудьте добрый кусок бересты, достаточный для того, чтобы свернуть из него рожок или трубку диаметром  $\approx 5$  см и больше.

Осмотрите по сторонам. Если в пределах видимости есть хвойные деревья, то вам нужны нижние обломки сучьев. Отрезок в 10–15 см от ствола – это то, что вам нужно. Напилите, наломайте, нарубите несколько таких сучьев. Обтешите их до полупрозрачной янтарной сердцевинки. Даже если вся ветка уже насквозь мокрая (что вряд ли), эта ее сердцевина будет прекрасно гореть. В настолько пропитанную смолой древесину вода просто не просочится. Настрогайте эти смолистые сердцевинки на тончайшие стружки. Острый нож тут поможет. Если сердцевинок хвойных сучков у нас под рукой нет, то добываем внутренние слои сухих лиственных веток и с помощью ножа наскрабливаем из них древесный пух. Пусть не смолистый, зато сухой. Стараемся еще более тщательно, чем в «хвойном» варианте. Так, как будто от этого зависит ваша жизнь.

Чем более «пушистые», тонкие стружки вы получите, тем лучше. По сути, мы сейчас делаем замену сухой траве. Ее нигде нет и не предвидится, а нам нужна похожая волокнистая, быстро воспламеняющаяся структура. Вот мы ее и делаем из древесины.

Полученную немаленькую жменю этого древесного «пуха» вкладываем в берестяную трубку и обжимаем ее так, чтобы предварительно придать нужную нам форму. Дальше достаем наше огниво, кремь и трут, и давно привычными движениями быстренько получаем тлеющий уголек.

Тут важно, поскольку стопроцентную замену сухой траве мы все равно сделать не сможем, то, что нам нужен большой кусок трута, который будет жарко раздуваться в течение 10–20 минут или дольше. Ибо задача у нас сейчас нетривиальная и потребует гораздо большего и дольшего прогрева растопки, чем мы привыкли.

Итак, тлеющий трут мы получили и помещаем его внутрь берестяной трубки, зарыв в середину древесных стружек. Скручиваем трубку и начинаем «шаманить», чередуя дутье сквозь трубку с размахиванием ею рукой. Через 4–5 минут мы явно чувствуем потепление берестяной трубки. Это значит, что внутри уже конкретно жарко.

Остающийся в воздухе при махании дымный след подтверждает, что мы уже где-то на финишной прямой. Продолжаем интенсивно раздувать жар в трубке в последующие несколько минут. Процесс стабилен, но что-то явного прогресса не наблюдается. Закрадываются сомнения: а не сотлеет ли вся эта канитель в угольки, так и не занявшись огнем? Будет довольно обидно, а в ситуации выживания – так еще и фатально.

Но в какой-то момент, когда рука еще за спиной, слышен характерный слабый хлопок, который ни с чем не перепутаешь. И вот у нас перед глазами пламя, пока еще робко хватающее край берестяной трубки.

Теперь добавляем сверху наструганных сердцевин веток, щепы от поленьев и всего, что хоть немного кажется сухим. Если у вас большой кусок бересты, то ее жаркий, «липкий» огонь успеет подсушить подложенные дровишки, чтобы они занялись.

Ну а если лес совсем мокрый?

Прошедшие несколько дней «волшебной» погоды с проливными дождями раздражали азарт убедиться, что и в таком промокшем насквозь лесу можно исхитриться разжечь огонь с помощью кремня и кресала. Сказано – сделано.

Для основы – «огненной трубки» можно взять известную нам бересту. На «паклю» собирать старые листья, что еще не опали. Все не такие сырые, как на земле. Но лучше подстраховаться «сухой» веткой лиственницы. Соструганная почти до середины, она все равно на прикосновение была влажной. Ну и неудивительно в такие-то погоды!

Засунуть под куртку жменю листьев и надеяться, что, пока найдете пригодный для обустройства костра пенек, они хоть немного подсохнут. Пока ищите подходящее место, пока то да се, листья и вправду немного подсохнут и даже едва заметно могут захрустеть, тут их надо начать мельчить в «паклю».

Затем настругать древесного пуха из полусухой палки, нарезать тонкой стружки и, как вишенку в коктейль, еще начесать «пуха» с полоски бересты. Послойно запихнуть весь этот фарш в заранее свернутую берестяную трубку и с помощью трута из жженой тряпочки все это запалить. И оно довольно быстро запалится.

Умение разводить огонь альтернативными методами может иной раз пригодиться в жизни походников, охотников и просто, по неудачному стечению обстоятельств, застрявших не в то время не в том месте граждан.

## Виды костров

Есть несколько разновидностей костров. И вам для того или иного случая понадобятся совершенно разные костры.

### Костер для тепла

Открытый одиночный костер греет только близкорасположенные предметы. Чтобы получить максимум тепла, разведите его, если есть возможность, на некотором расстоянии от пня, камня или стенки – земляной или скальной и сядьте между костром и таким предметом. В таком случае он будет играть роль рефлектора и дополнительно защитит вашу спину от ветра. А если вам удастся сделать какой-либо экран с другой стороны костра, то и вовсе получите все тепло от костра, а дым, повинаясь физическим законам, потянется вверх, а не вам в глаза.

### Костер-нора

Защищенный от любой непогоды вид костра, в котором можно сжечь почти все. Удобен для сжигания мусора. Выройте горизонтальную пещерку длиной около 45 см сбоку в плотном земляном валу. Сверху над пещеркой тонкой палочкой протыкается отверстие-дымоход. Разводите огонь примерно посередине пещерки.

### Юконский очаг

Делается не так просто, как предыдущий вид, но оно того стоит. Нужно вырыть круглую ямку глубиной и диаметром около 25 см и дополнительно еще рукав, ведущий ко дну. По окружности ямы в виде трубы укладываем камни, плотно заделывая щели между ними. Огонь разводят в рукаве, по мере разгорания передвигают в ямку. КПД этого вида костра очень высокий – можно варить, жарить, коптить, сушить вещи и сжигать все ненужное. Главное, чтоб в трубу сверху пролезло.

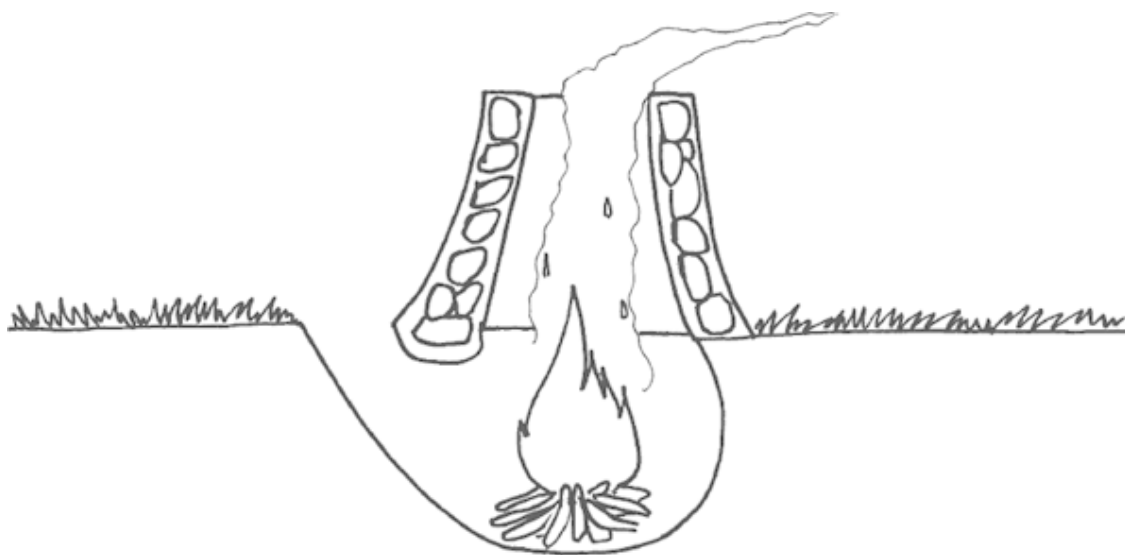
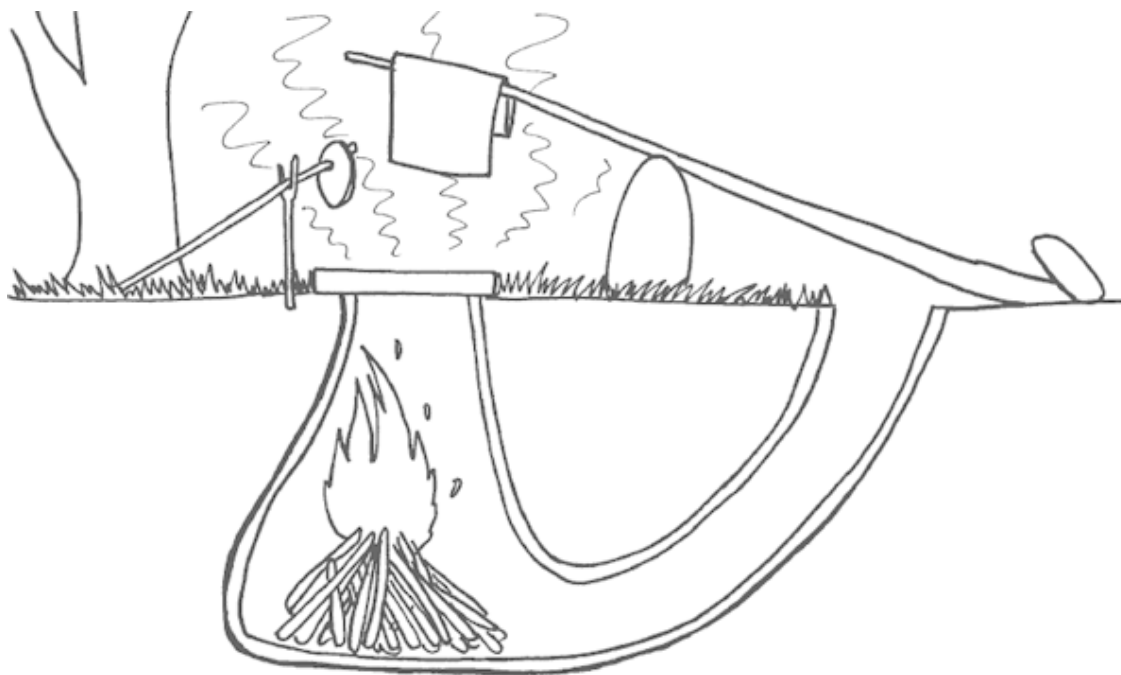


Рис. 2. Юконский очаг

### Костер «дакота»

Секретный костер североамериканских индейцев дакота используется для обогрева и приготовления пищи в экстремальном туризме, не боится снега и дождя, в некоторых случаях используется спецподразделениями, находящимися в глубоком тылу врага.

Эта разновидность костра очень похожа на юконский очаг, но как бы недостроенный: здесь не надо делать трубу. Костер разжигается в углублении. А использовать можно и нужно так же.



*Рис. 3. «Дакота»*

### Таежная «свеча»

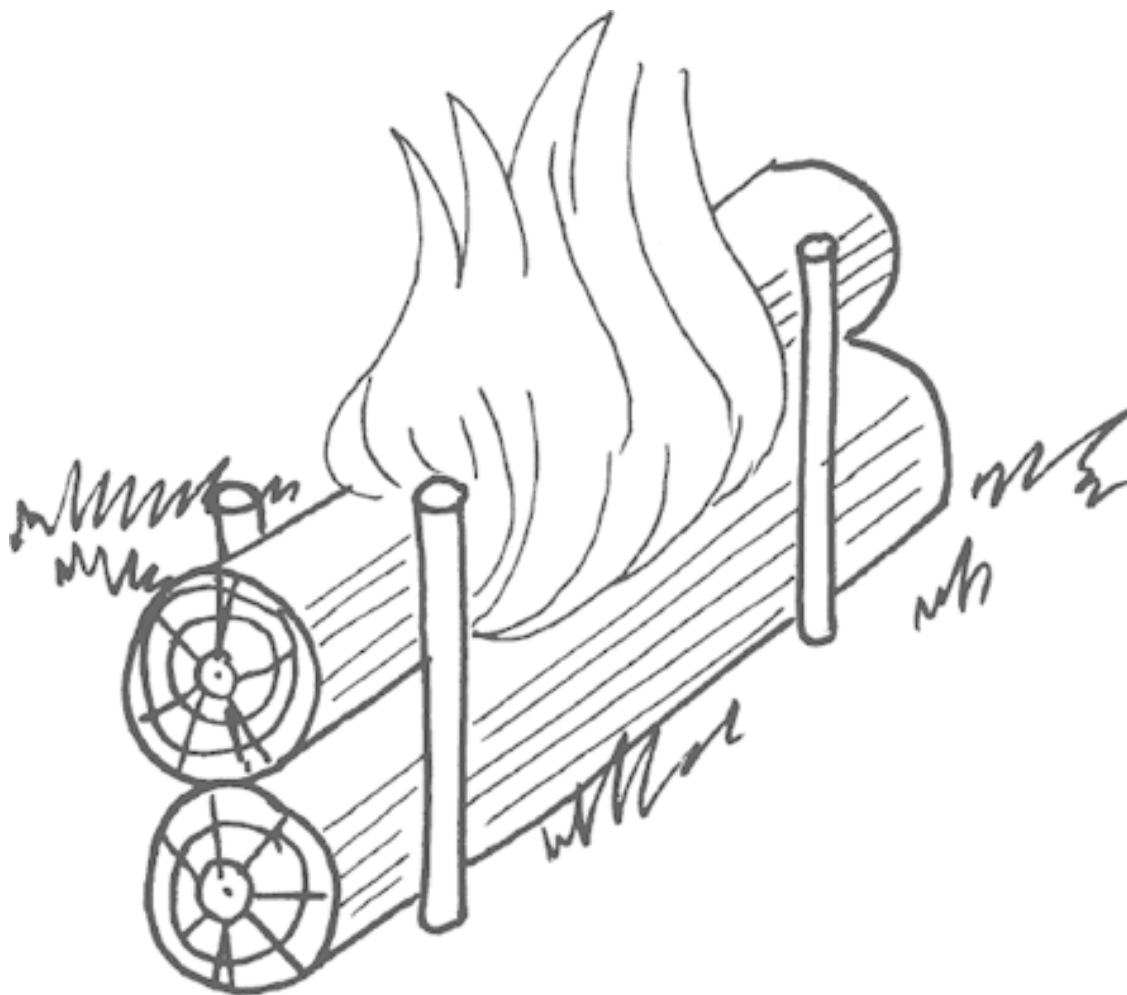
Модель «свечи» достаточно проста: чурбаны (поленья) составляются вплотную вместе, и между ними разводится огонь. Такая конструкция очень устойчива. Всего 20 минут понадобится, чтобы на таком костре вскипятить 5 л воды в кастрюле без крышки. Прогорая, поленья постепенно принимают форму шалашика и, чтобы поддерживать дальнейшее горение, можно под них подбрасывать дрова. Чтобы обеспечить равномерное прогорание, следует правильно подобрать высоту чурбанов. Оптимальной будет высота в 2 диаметра бревна. Пламя такой свечи довольно яркое и способно осветить большую площадь вокруг.

Этот вид костра можно использовать даже в снежно-морозный период. Он обеспечит вам и свет, и тепло, и даже возможность поесть горячего, если котелок с собой прихватили.

### Костер нодья

Этот вид костра – для истинных экстремалов, желающих заночевать зимой в лесу. Правильно сложенная нодья способна ровно гореть на протяжении всей зимней ночи, обеспечи-

вая постоянную теплоотдачу. Этот способ не единожды спасал жизни охотникам в условиях, совсем не близких к комфортным.



**Рис. 4. Нодья**

Для того чтобы нодья хорошо занялась огнем, на одной из сторон каждого бревна надо вырубить небольшой паз, лучше делать не просто прямой скос, а именно паз, так же, как рубка паза на сруб избы, чтобы образовался воздушный промежуток и нодья хорошо занялась от углей.

Нодья не должна гореть пламенем, она должна шайть, то есть в ее жерле должны быть просто угли. Ночевать возле нодьи некоторые бывалые таежники рекомендуют на расстоянии около 50 см: при отсутствии пламени лежать с ней рядом довольно комфортно, однако если она разгорится, то лежать рядом с ней невозможно и нельзя.

### **Костер в углублении**

Этот вид костра располагается в канавке размером приблизительно 30×90 см и глубиной около 30–40 см, что очень хорошо защищает его от ветра. На дно накладывают слой камней, а сверху – хоть рогатины для котелка устанавливайте. Когда костер погаснет, тепло камней еще позволит вам пожарить шашлык.

## Пожар

Если вы развели костер, вы должны следить за ним. Умейте тушить его – до последней искорки и последнего локона дыма.

Но иногда пожар возникает сам по себе – засушливый период и осколок бутылки под лучами солнца, удар молнии в дерево, искра проскочит где-то рядом с канистрой. Что делать?

Первое ваше действие – вызов пожарной службы. Дальше – по обстоятельствам. Умеете – начинайте тушить: забрасывайте пламя землей, песком. Рядом водоем – орошайте водой границу пожара, чтобы воспрепятствовать распространению. Не уверены в себе – убирайтесь оттуда, пока есть возможность, и людей в окрестностях оповестите о пожаре. Если вы оказались в центре пожара или бежать уже поздно – ни в коем случае не снимайте одежду, как бы жарко ни было. Выбираться из очага нужно против ветра, к любому просвету – просека, поляна, река. В реке, если что, можно пересидеть какое-то время. Водой можно намочить одежду, мокрым платком закрыть рот и нос. Если вы видите, что огонь не очень сильный, и вы уверены, что знаете направление, где уже все выгорело, можете рискнуть пробежать. Очень точно рассчитайте путь, вдохните и бегите!

Известны случаи, когда люди в центре пожара закапывались в землю: делали яму насколько могли глубокой, накидывали сверху пальто, тент или набрасывали сверху землю. И так пережидали, пока пожар пройдет сверху над ними. И, словно фениксы, затем выходили из огня. Есть выражение «клин клином вышибают». Этот принцип применим и для тушения огня. Он может быть применен, если бежать некуда, а огонь пока на некотором отдалении от вас. «Встречный пал» должен идти навстречу основному огню, выжигая горючие материалы на своем пути, чтобы пламени пожара уже «нечем было поживиться», и это не подпустит огонь к вам. Таким образом вы освободите себе пространство, на котором можно попытаться переждать прохождение огня по соседней территории. Рассчитать все надо очень скрупулезно, чтобы ваш огонь успел прогореть и не слился с большим. Не разжигайте «встречный пал», если не уверены в результате. Если лесной пожар застиг вас в машине, там и оставайтесь. Плотное закройте окна, включите кондиционер. При возможности уезжайте. Не можете уехать – оставайтесь в машине. Так у вас больше шансов остаться в живых.

## **Добываем воду**

Вода – первооснова всего. Все живое состоит из воды, и все живое от нее зависит. С таким понятием и веществом, как вода, мы сталкиваемся еще до нашего рождения. Она охраняет ребенка внутриутробно в мягко покачивающейся колыбели. Она дарит спокойствие. Она несет частички жизни. Она – носитель информации. Она – и есть сама жизнь.

Не зря человек может прожить без еды 3 недели, а без воды всего 3 дня. Ведь тело человека состоит на 75 % из воды. Это охлаждающий элемент для поддержания постоянной температуры тела, транзитное вещество для удаления из почек продуктов жизнедеятельности, а еще это средство передачи нервных импульсов.

Количество воды в организме ограничено. Ее затраты должны восполняться, чтобы вы могли и жить и функционировать. Для людей это приоритет номер один.

Вот представьте, что вы пошли в поход – места новые, незнакомые, неисхоженные. Карта есть, но вы все равно заблудились, и у вас с собой всего бутылка или фляга воды. Можно попытаться найти нужную дорогу, можно ожидать спасательную экспедицию, но на это уйдет время. Запомните: чтобы начать поиск воды, не нужно ждать, пока она у вас закончится. Ищите источник – лучше пресную проточную; но в принципе любую воду можно стерилизовать кипячением или с помощью очищающих химикатов.

## Поиск и сбор воды

Первое, на что обращаем внимание, – это дно низины. Туда естественным образом стекает окрестная влага – и дождевые потоки, и ручейки. Если явной воды не видите, ищите заросли зеленых растений и там копайте ямку. Близко у поверхности может быть вода, и она сразу начнет заполнять углубление.

В скалистых горах лучше искать воду, скопившуюся в расщелинах и трещинах. Там с грунтом не сложилось, и зеленые растения вам не укажут местонахождение, это уж как повезет.

*Внимание!* Водоемы, вокруг которых нет зеленой растительности или рядом с которыми находится много костей животных, для набора воды использовать не стоит – она может быть загрязнена химическими веществами, находящимися близко от поверхности грунта.

На морском побережье пресную воду следует искать лучше всего в местах выхода в море небольших рек – крупные реки загрязнены отходами человеческой жизнедеятельности и промышленности. А еще воду на самом берегу надо искать выше уровня прилива, в расположении песчаных дюн. Здесь при копке неглубокой ямки можно найти пласт пресной воды толщиной в 5 см. Она тоже солоновата, но пригодна для питья. Кстати, при желании можно опреснить и морскую воду, если нет другого выхода.

*Опреснитель* вы вполне можете сделать сами. Вместо лабораторной реторты берете сосуд с водой, ставите на огонь. Сверху вставьте трубку на достаточной высоте, чтобы не касалась воды, герметизируйте глиной, пластырем, пластилином. Второй конец трубки – в закрытый сосуд, а непосредственно его – в любой контейнер с холодной водой. Именно на перепаде температур пар из трубки, охлаждаясь, будет становиться пригодной для питья водой.

Для питья также пригодны роса и дождевая вода. Рассказывать технику, наверное, нет нужды. Берете любую посудину, лучше с широким горлом, да и собираете себе капельки. Или еще, например, обернули платком бедра-колени, прошлись по высоким мокрым зарослям, на стоянке отжали тряпочку в какой-нибудь сосуд.

Или можно еще собирать конденсат с листьев деревьев. Корни деревьев уходят на глубину до 15 м, вы такую яму будете копать ну очень долго. Поэтому берете полиэтиленовый мешок и плотно завязываете его на ветке, оттянув один угол вниз – туда будет стекать конденсат.

А еще воду добывают из растений (корней и стволов), но в основном в тропической зоне; у нас таких растений – эвкалиптов, баобабов, лиан, пальм и опунций – в повсеместном диком произрастании нет. Есть березы, но они могут помочь только весной. Но согласитесь, все равно это уже шанс.

Потребность человека в воде не исчезает и в холодное время года. Вы замечали, что вам часто хочется чаю зимой? Это организм сигнализирует о недостатке воды. Потому что даже в мороз нужно выпивать не меньше 1 л воды в день, чтобы восполнить ее потерю. Для получения воды бывалые походники зимой топят лед и снег. Снег можно рассасывать во рту, если вы уверены в его чистоте. А есть колотый лед не рекомендуется – можете поранить губы и слизистую рта.

Хотя для сохранения хоть какой-то формы организму требуется минимум 1 л воды в сутки, можно выжить и при обеспечении количеством 60–250 мл.

Даже если у вас приличный запас воды, рекомендуем использовать ее рационально, пока не найдете возможность пополнить запасы. И постарайтесь воспользоваться следующими рекомендациями:

- минимум физической активности,
- не курить, держаться в тени,



- если вы находитесь на морском побережье, охлаждайтесь бризом и погружениями в воду,

- не лежать на горячей поверхности,
- не пить спиртное, ни в коем случае,
- дышать носом, а не ртом,
- есть как можно меньше – при обезвоживании на переваривание пищи организм тратит свои ресурсы. Снижение потребности в воде иногда очень необходимо.

Можно предложить следующий график для вхождения в малопитательный режим:

1. День 1: не пить.
2. День 2–4: можно позволить себе 400 мл.
3. День 5 и далее: 60–250 мл в зависимости от климата и наличия запасов воды.

Перед проглатыванием «прокатываем» глоток воды по рту, смачивая губы, язык и горло.

## **Поведение при катастрофах**

От катастроф никто не застрахован. Но если вы не паникуете и выполняете определенный алгоритм действий, пережить этот период вам и окружающим будет значительно легче.

Если получено предупреждение о кризисе, заполняйте водой как можно больше емкостей: ведра, баки, ванны, кастрюли. Желательно хранить не на чердаке – вы не Ной, потоп не вынесет вас на новую землю, а вот запас воды вы потеряете, да и крышу над головой тоже. И хранить хорошо бы в темном месте – при дневном свете в воде появляются зеленые водоросли.

Поскольку вода собрана далеко не в стерильные емкости, для приготовления пищи всю воду кипятим не меньше 8–10 минут.

Рекомендуется не тратить воду на стирку одежды – кроме нижнего белья. Не выливайте воду после использования – дайте отстояться и слейте в другую емкость без выпавшего осадка. Ее можно использовать еще раз.

Обязательно во избежание кишечных инфекций мыть руки перед едой и ее приготовлением, остальное тело подождет – кожный жир предохраняет тело от инфекций.

## **Поведение при ядерном взрыве и радиоактивном заражении**

Если у вас нет доступа к воде из защищенного источника, постарайтесь не пить воду из колодцев и других водоемов хотя бы в течение 48 часов после взрыва. И не используйте воду из источников со стоячей водой. Всю доступную воду необходимо фильтровать и кипятить.

Понятно, что на безрыбье и рак сойдет за щуку. То есть вы все равно будете использовать воду, которая есть поблизости. Если есть возможность выбора, берите воду из следующих источников (в порядке возрастания риска):

1. Подземные скважины и резервуары.
2. Вода в подземных трубах и резервуарах.
3. Снег с большой глубины.
4. Реки с быстрым течением.

Рядом с быстрым потоком выroyте яму и дайте набраться воде, она профильтруется, пройдя сквозь слой земли. Уберите с поверхности мусор и соберите в емкость. Профильтруйте через слой песка из нижележащего слоя, насыпав в носок или жестянку с дыркой в дне. Перед использованием прокипятите в чистой посуде.

Это лишь небольшая толика знаний, которая может или не пригодиться, или от нее будет зависеть будущее. Лучше бы первое, конечно. Этими сведениями поделился профессиональный военный, уже много лет служащий инструктором по выживанию для спецназа. Это не просто слова и советы. Каждая буква здесь подкреплена практическими знаниями, неоднократно спасавшими жизни.

## **Поиск и добыча воды в пустыне**

Без еды человек может относительно спокойно прожить несколько недель, а без воды – всего пару дней. Поэтому поиск питьевой воды – одна из важнейших задач потерявшегося туриста. Однако существуют такие территории, где это если не невозможно, то крайне затруднительно. Речь идет, разумеется, о пустынях. Главная характеристика пустынь – крайне незначительное количество атмосферных осадков: не более 200 мм в год. Поэтому живые организмы, которые там обитают, вынуждены существовать в условиях, подразумевающих необходимость жесткой экономии воды. Многие пустынные млекопитающие никогда не пьют – они получают достаточное количество влаги из растений или других животных. Особую проблему представляет температурный перепад – если в полдень на камнях можно яичницу жарить, то в полночь можно легко замерзнуть. Это, разумеется, несколько не облегчает и без того сложную задачу выживания. Но, обладая определенными знаниями, даже в таких условиях можно выжить.

Совершенно необходимо иметь достаточный запас воды. Лучше пренебречь съестными запасами или другими вещами, но взять с собой побольше воды. Пить нужно мало, но часто, маленькими глотками, постепенно смачивая горло. Воду, набранную из колодцев, особенно в населенных пунктах, нужно прокипятить. Также следите за полетом птиц на рассвете и перед закатом солнца. Птицы в это время летят к водоемам и кружат вокруг них.

Также нужно экономить силы и регулировать потоотделение. Идти старайтесь не более 1–1,5 часа, каждый раз делая привал на 10–15 минут. Во время ходьбы, чтобы уменьшить жажду, можно взять в рот камешек, пуговицу, жевать пучок травы или жевательную резинку. Отдыхать желательно в тени. Можно соорудить временное укрытие от солнца в виде тента. Шагать нужно размеренным, небыстрым шагом. Надо воздержаться от курения – оно провоцирует жажду. Также не стоит снимать одежду, каким бы большим ни было желание – это приведет к повышенному потоотделению и ожогам.

## **Естественные источники воды в пустыне**

Даже маленький ребенок знает, что иногда в пустынях попадаются оазисы – места, где грунтовые воды подходят очень близко к поверхности. Если вам посчастливится найти такой оазис – считайте, проблем больше нет. Там вы найдете не только воду, но и довольно обильную пищу. А если учесть, что местное население также регулярно использует оазисы во время своей кочевки, то вас, скорее всего, довольно быстро найдут и окажут помощь. Также не следует забывать и о периодически пересыхающих небольших речках. Даже если вы найдете только сухое русло – не отчаивайтесь. Велика вероятность, что, раскопав слежавшийся песок на глубину несколько метров, вы таки найдете хоть немного спасительной жидкости.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.