

18+  
Гудик

Багдасарян

# **Автономка. Выживание в лесу, горах и зимой**

Из опыта телохранителя

Рудик Багдасарян

**Автономка. Выживание  
в лесу, горах и зимой**

«Издательские решения»

## **Багдасарян Р.**

Автономка. Выживание в лесу, горах и зимой / Р. Багдасарян — «Издательские решения»,

Вы потерялись в лесу, застряли в горах или застигнуты снежной бурей. Телефон не работает, оружия нет, с вами женщина и ребёнок. Что делать в первую минуту? Куда идти? Как не замёрзнуть и не умереть от жажды? Эта книга — инструкция для городского человека, который никогда не выживал в дикой природе. Никакой теории выживания для спецназа. Только простые алгоритмы, чек-листы и приёмы, которые работают с минимальным набором вещей.

© Багдасарян Р.

© Издательские решения

# Содержание

|                                                |    |
|------------------------------------------------|----|
| Введение                                       | 6  |
| Часть I. Подготовка и менталитет               | 8  |
| Глава 2. Базовый комплект «автономки» в городе | 10 |
| Часть II. Оценка ситуации и навигация          | 14 |
| Конец ознакомительного фрагмента.              | 20 |

# **Автономка. Выживание в лесу, горах и зимой**

**Рудик Багдасарян**

© Рудик Багдасарян, 2026

ISBN 978-5-0070-5225-2

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## Введение

### Цель книги и целевая аудитория

Эта книга не для спецназа, не для охотников с двадцатилетним стажем и не для выживальщиков, у которых гараж забит тревожными рюкзаками.

Она для обычного городского человека. Такого, как вы. Вы работаете в офисе, ездите на машине по асфальту, максимум что видели из дикой природы — это парк у дома или шашлыки на даче.

Но однажды всё может пойти не по плану. Авария в лесу, сход поезда, природный катаклизм, сбой связи, хаос на дорогах. Телефон молчит. Интернета нет. Вы не знаете, где вы, и не понимаете, куда идти. Рядом — жена и ребёнок. На вас одном вся ответственность.

Эта книга — инструкция для такого сценария. Она не требует специальных знаний, физической подготовки, дорогого снаряжения или оружия. Всё, что вам нужно, — это зажигалка, перочинный нож, часы, городская одежда и, самое главное, холодная голова.

### Основные принципы: безопасность, простота, приоритет жизни детей и женщин

В основе этой книги лежат три принципа, которые вы должны запомнить даже в панике.

#### Принцип первый: безопасность.

Любое ваше действие должно оцениваться по одному вопросу: «Это снижает риск для моей семьи или повышает?». Не геройствуйте. Не рискуйте понапрасну. Ваша задача — не победить дикую природу, а сохранить жизнь всем троим.

#### Принцип второй: простота.

Забудьте всё, что вы смотрели в фильмах про выживание. У вас нет мачете, кремня, спутникового телефона и вертолёт, который прилетит ровно в нужный момент. Здесь только то, что реально сделать из подручных средств. Чем проще приём, тем больше шансов, что он сработает, когда руки дрожат и темнеет.

#### Принцип третий: приоритет жизни детей и женщин.

Это не про героизм. Это про математику выживания. Ребёнок и женщина в среднем теряют тепло, силы и спокойствие быстрее мужчины. Первое укрытие — для них. Первый глоток воды — им. Наиболее безопасное место в группе — ребёнку. Вы как глава семьи будете больше работать, меньше спать и тяжелее нести. И это нормально.

Что нужно помнить: правило «Сначала — убежище, потом — вода, потом — еда»

Это золотое правило выживания. В порядке убывания важности:

#### 1. Убежище.

Без защиты от ветра, дождя и холода вы и ваша семья не проживёте и ночи. Гипотермия убивает быстрее всего — быстрее голода и жажды. Поэтому в первые часы вы ищете или строите укрытие. Даже картонная коробка или навес из веток лучше, чем открытое поле.

## 2. Вода.

Без воды взрослый человек в умеренном климате продержится 2—3 дня. Ребёнок — меньше. Поэтому, когда убежище готово, следующая задача — найти и очистить воду. Не тратьте силы на охоту или сбор ягод, если у вас нет воды.

## 3. Еда.

Без еды человек может прожить недели. Это самая неважная задача в первые сутки-двое. Вы не умрёте от голода, пока решаете проблемы с укрытием и водой.

Запомните эту последовательность. Она спасла больше жизней, чем любой другой совет.

### *Как устроена эта книга*

Каждая глава — это один простой алгоритм. В конце — чек-лист, который вы можете мысленно (или в телефоне) отметить. В начале каждой части — краткая схема решений. В приложениях — шпаргалки, которые можно распечатать и положить в бардачок.

Вы не обязаны читать всё подряд. Если вы заблудились зимой — читайте блок про холод. Если потерялись в лесу летом — блок про навигацию. Если с вами ребёнок — блоки про психологию и защиту.

Но лучше прочитать книгу заранее, дома. Чтобы в момент, когда телефон сядет и начнёт темнеть, ваш мозг не паниковал, а просто выполнял алгоритмы, которые вы уже один раз пропустили через себя.

Теперь — к делу.

Откройте главу 1. Там — самое главное: как не наломать дров в первые минуты, когда от вас зависит всё.

## Часть I. Подготовка и менталитет

### Глава 1. Менталитет спасителя: простота решений, управление стрессом

Вы думаете, что главное в выживании — это умение разжечь костёр или найти воду?

Нет.

Главное — это то, что у вас в голове. Паника убивает быстрее холода и голода. Она выключает логику, заставляет делать глупости и тратить силы впустую.

Ваша задача не в том, чтобы стать Рэмбо. Ваша задача — остаться человеком, который спокойно принимает простые решения и не пугает своим состоянием жену и ребёнка.

#### *Почему городские люди паникуют в природе*

В городе всё понятно. Есть дороги, вывески, люди, полиция, связь. Если что-то пошло не так, вы вызываете такси или скорую. В лесу или горах этих опор нет. Мозг теряет привычные ориентиры и впадает в ступор. Первая реакция — отрицание: «Этого не может происходить». Вторая — хаотичные действия: бежать в неизвестном направлении, кричать, звонить в мёртвый телефон. Третья — апатия: сесть и ждать, что кто-то придёт и спасёт.

Все три реакции опасны. Они забирают время и силы, которые нужны для реальных действий.

Как переключиться из паники в режим «спасатель»

У вас есть всего несколько секунд, чтобы взять себя в руки. Вот простой приём, который работает даже в самом сильном стрессе.

Шаг 1. Остановитесь. Физически. Замрите на месте. Не делайте ничего.

Шаг 2. Сделайте три медленных вдоха. Вдох носом на счёт 4, задержка на 2, выдох ртом на счёт 6. Это снижает частоту сердечных сокращений.

Шаг 3. Произнесите вслух (или про себя) простую фразу: **«Я сейчас отвечаю за жизни»**. Это возвращает вам контроль.

Шаг 4. Посмотрите на жену и ребёнка. Если они в панике, дайте им ту же команду: «Стоп. Медленно дышим. Я рядом».

Как только вы остановили панику, вы можете думать.

Простота решений: правило одного действия

В состоянии стресса мозг не может обрабатывать сложные планы. Забудьте про многоходовые комбинации. Ваше правило: одно действие за раз.

Например, не ставьте себе задачу: «Построить укрытие, разжечь костёр и найти воду». Вы не сможете, запутаетесь, начнёте метаться.



Поставьте одну задачу: «Найти место, где нас не будет заливать дождём».

Выполнили.

Следующая: «Собрать сухие ветки».

Выполнили.

Следующая: «Разжечь огонь». И так далее.

Одно действие. Только оно. Не думайте о следующем шаге, пока не закончили текущий.

#### Управление стрессом семьи

Жена и ребёнок считывают ваше состояние. Если вы напряжены и злы, они будут бояться ещё больше. Если вы спокойны — они успокаиваются. Это не значит, что вы не имеете права на страх. Вы обычный человек и конечно же боитесь.

*Но вы не показываете свой страх открыто.*

Что делать:

— Говорите короткими, спокойными фразами. Нет, нет не — «мы все умрём», это попозже лет через 60, а в этот момент нужно — «сейчас мы сделаем вот так».

— Давайте им простые задания.

Ребёнку: «Подержи эту ветку».

Жене: «Посмотри, не идёт ли дым».

Когда человек занят делом, паника отступает.

— Не спорьте. Если жена предлагает не самый лучший вариант, но он не смертельно опасен, соглашайтесь. Лучше сделать что-то, чем спорить и терять время.

#### *Чек-лист: менталитет спасителя*

— Остановиться при первых признаках паники.

— Три медленных вдоха.

— Произнести: «Я отвечаю за жизни».

— Успокоить семью.

— Выбрать одно действие на ближайшие 10—15 минут.

— Не думать о следующем шаге, пока текущий не сделан.

## Глава 2. Базовый комплект «автономки» в городе

Вы не ходите в походы. У вас нет тревожного рюкзака, спальника и газовой горелки. Но у вас есть то, что всегда при вас или в машине. Этого достаточно, чтобы продержаться первые сутки.

Что у вас уже есть

Даже в самой обычной ситуации при вас есть несколько предметов, которые могут спасти жизнь. Проверьте себя:

— Зажигалка или даже спички. У курящих есть всегда (и кто это придумал сказку о вреде курения). Не курящие могут взять зажигалку в магазине за 30 рублей (можно 2). Это и будет для вас главным источником огня. Без огня вы не согреетесь, не вскипятите воду, не отпугнёте зверей.

— Перочинный нож (или любой нож). У многих есть маленький нож на брелоке или в кармане. Им можно резать верёвку, затачивать колышки, вскрывать консервы. Если ножа нет — используйте острый край разбитой банки, бутылки или плоский камень.

— Часы (наручные или телефон). Телефон сядет, но механические часы или даже кварцевые работают долго. По часам вы можете определить стороны света (по солнцу) и планировать время до заката.

— Телефон. Даже без связи он может проработать несколько дней в режиме экономии. Выключайте ненужные приложения, ставьте авиарежим. Телефон даёт фонарик, будильник, возможность фотографировать ориентиры и иногда ловить GPS.

— Одежда, которая на вас. Городская одежда — не лучший вариант для леса, но с ней можно работать. Главное, чтобы было несколько слоёв: футболка, свитер, куртка. Больше слоёв — теплее.

— Ремень, шнурки, сумка. Всё это можно распустить на верёвки, завязки, импровизированные ремни для переноски.

— Полиэтиленовые пакеты. Мусорный пакет можно надеть под куртку для сохранения тепла, использовать как накидку от дождя, как ёмкость для воды.

Что стоит иметь в машине (простой набор)

Вы не обязаны возить с собой ящик снаряжения. Но несколько вещей в багажнике увеличивают шансы на выживание в разы.

— Плед или термоодеяло (фольгированное). Стоит 200—300 рублей, складывается в маленький квадрат. Отражает тепло тела, спасает от переохлаждения.

— Бутылка воды (1,5 литра). Даже если её не пить, она нужна для охлаждения двигателя или первой помощи. А в критической ситуации это вода.

— Список важных номеров, распечатанный на бумаге. Если телефон сядет, вы сможете позвонить с чужого.

— Пауэрбанк (заряженный). Даст телефону ещё день работы.

— Зажигалка (две). Одну положите в бардачок, вторую — в карман куртки.

— Аптечка минимальная (бинт, жгут, пластырь, йод, обезболивающее). Продаётся готовым набором за 300—500 рублей.

### Приоритет вещей в момент, когда нужно брать только самое важное

Если вы покидаете машину или дом и можете взять только то, что умещается в карманы или небольшой рюкзак, ваш приоритет такой:

1. Зажигалка и нож. Это жизнь.
2. Вода. Хотя бы пол-литра.
3. Телефон и пауэрбанк (как связь и фонарик).
4. Термоодеяло или любая непромокаемая накидка.
5. Лекарства, которые нужны постоянно (инсулин, сердечные).
6. Всё остальное — не критично.

### Чего не нужно брать

- Еду (первые сутки вы не умрёте с голоду, а вес еды отнимет силы).
- Лишнюю одежду (на вас и так несколько слоёв, остальное нести тяжело).
- Украшения, документы (кроме паспорта и телефона), деньги (они не помогут в лесу).
- Оружие (если у вас нет разрешения, оно создаст только проблемы).

Запомните: лучший комплект — это тот, который у вас уже есть, когда всё началось. Не нужно бежать домой за специальным рюкзаком. Начинайте с того, что в карманах.

### Глава 3. Правила принятия решений в условиях хаоса

У вас нет времени на долгие размышления. Нет интернета, чтобы погуглить. Нет эксперта рядом. При этом каждое ваше решение влияет на жизни трёх человек. В такой ситуации работает не сложный анализ, а простые правила. Запомните их.

#### Принцип 3×3

Суть: если ситуация не требует немедленного действия, у вас есть время подумать. Три минуты на три варианта.

#### Как работает:

- Вы останавливаетесь, успокаиваете семью.
- Засекаете три минуты (или примерно считаете до 180).
- За это время вы придумываете не более трёх вариантов действий.
- Выбираете тот, который кажется самым безопасным.
- Начинаете действовать.

Пример. Вы заблудились в лесу. Ваши три варианта: 1) остаться на месте и ждать, 2) идти по компасу на юг, 3) подняться на возвышенность и посмотреть ориентиры. Вы выбираете третий. Идёте.

#### Почему три?

Потому что один вариант — это риск упустить лучшее решение. Десять вариантов — это паралич. Три — оптимально.

### Правило минимального риска

Из двух вариантов всегда выбирайте тот, где меньше потенциальный вред для семьи.

#### Пример.

Вы можете перейти реку вброд сейчас, но не знаете глубины, или обойти через лес, что займёт ещё час. Что выбрать? Сравниваем риски: утонуть или потерять час. Потеря часа — меньший риск. Идите в обход.

Исключение: если бездействие ведёт к гарантированной смерти, идите на риск.

### Правило «сначала слабый»

Если у вас есть сомнения, куда идти или что делать, принимайте решение в пользу того, кто слабее физически. Ребёнок, женщина, пожилой.

#### Пример.

Можно пойти напрямую через бурелом (быстрее, но тяжелее) или по дороге (дольше, но легче). Выбирайте дорогу, потому что ребёнок устанет меньше и не начнёт капризничать.

### Как проверить решение за 30 секунд

Прежде чем начать действовать, задайте себе три вопроса:

1. Убьёт ли это нас прямо сейчас? (если да — не делайте)
2. Ухудшит ли наше положение через час? (если да — подумайте ещё)
3. Есть ли вариант с меньшим риском? (если да — выбирайте его)

Если на все три вопроса вы ответили «нет» и «нет, нет», действуйте.

### *Что делать, если вы ошиблись*

Вы не робот. Вы ошибаетесь. Это нормально. Главное — вовремя заметить ошибку и изменить решение.

### Признаки того, что вы ошиблись:

- Вы идёте уже час, а ориентиры не меняются или стали хуже.
- Вы чувствуете сильную усталость, а до цели всё ещё далеко.
- Кто-то из семьи начал плакать или жаловаться на боль.

### Алгоритм исправления:

1. Остановиться. (снова три вдоха)
2. Признаться себе: «Я ошибся». Это не стыдно.
3. Вернуться к предыдущей точке, где решение было ещё нормальным.
4. Применить правило 3×3 заново.

Никогда не продолжайте идти в заведомо неправильном направлении из упрямства. Это главная причина гибели.

*Чек-лист: принятие решений*

- Оценить: есть ли немедленная угроза? (если нет — применять 3×3)
- Три минуты, три варианта.
- Выбрать вариант с минимальным риском.
- Если сомнения — выбрать в пользу слабого (ребёнок, женщина).
- Проверить решение тремя вопросами (убьёт сейчас? ухудшит через час? есть ли вариант с меньшим риском?)
- Действовать.
- Контролировать результат. При ошибке — вернуться и перевыбрать.

В следующей части — как быстро оценить ситуацию и понять, куда идти.

Это самая важная часть книги, потому что правильное направление сэкономит вам дни блужданий.

## Часть II. Оценка ситуации и навигация

### Глава 4. Быстрая оценка угрозы и маршрута: 6 вопросов в первые 2 минуты

Вы только что поняли, что ситуация вышла из-под контроля. Машина сломалась в лесу, вы сбились с маршрута в горах, или город погрузился в хаос. У вас есть жена и ребёнок. Первые минуты — самые важные. Правильные действия сейчас сэкономят вам часы и силы потом.

#### Правило STOP для главы семьи

В мире выживания есть известное правило STOP. Оно расшифровывается как Sit (сесть), Think (подумать), Observe (осмотреться), Plan (спланировать). Для обычного человека, который не тренировал это правило годами, я упростил его до шести вопросов. На них нужно ответить за две минуты.

#### Шаг 1. Остановиться и переключить семью

Первое, что вы делаете, — останавливаетесь. Физически. Не идёте дальше, не бежите, не кричите. Говорите жене и ребёнку спокойным голосом: «Мы в безопасности сейчас. Никуда не бежим. Сделаем паузу на пару минут».

Если ребёнок плачет или паникует, дайте ему простое задание. Например: «Посмотри вокруг и найди три камня или три жёлтых листочка». Это переключит его мозг с паники на конкретную задачу. Если паникует жена, возьмите её за руку, посмотрите в глаза и медленно подышите вместе. Вдох на четыре счёта, выдох на шесть.

#### Шаг 2. Шесть вопросов

Вы отвечаете на эти вопросы вслух или про себя. Если отвечаете вслух, семья тоже слышит и успокаивается, потому что видит, что у вас есть план.

Вопрос первый: Где мы находимся?

Осмотрите. Что вы видите вокруг? Дорога, река, линия электропередач, вышка сотовой связи, дым из трубы, посёлок вдалеке? Есть ли естественное укрытие — лес, скала, овраг, пещера? Какая местность: лес, горы, поле, болото, городская окраина? Запишите в уме два-три самых заметных ориентира.

Вопрос второй: Что угрожает нам прямо сейчас?

Угрозы нужно ранжировать от самой опасной к наименее опасной. Прямо сейчас, в эту минуту.

Угроза номер один — погода. Холод, ветер, дождь, снег. Это убивает быстрее всего. Если вы промокли и на улице плюс пять, через час у вас может начаться переохлаждение. А у ребёнка — ещё быстрее.

Угроза номер два — отсутствие укрытия. Если через час стемнеет, а у вас нет шалаша, машины или здания, вы не успеете его построить в темноте.

Угроза номер три — жажда и голод. В первые 6—8 часов это не критично, не тратьте на это силы сейчас.

Угроза номер четыре — дикие животные и другие люди. Да, это страшно. Но вероятность встречи с медведем в первые часы гораздо ниже, чем вероятность замёрзнуть.

Вопрос третий: Кто со мной и в каком состоянии?

Посмотрите на жену. Она дрожит? Бледная? Не жалуется на боль в груди или головокружение? Принимает ли она какие-то лекарства, которые нужно дать вовремя?

Посмотрите на ребёнка. Он плачет от страха или от боли? Не хочет ли в туалет? (это важно для его спокойствия). Не слишком ли он тёплый или холодный?

Проверьте себя. Нет ли травм, слабости, головокружения. Вы сейчас главный ресурс, и если вы выйдете из строя, семья останется без защиты.

Вопрос четвёртый: Куда мы можем пойти?

У вас не может быть точного маршрута, потому что вы не знаете местность. Но вы можете выбрать направление. Самые надёжные ориентиры — это линии электропередач (они всегда ведут к людям), просеки в лесу (их прорубали для геодезистов или связистов), реки (они текут к сёлам и городам, но иногда уходят в болота). Дорога — хорошо, но по дороге могут ехать недобрые люди. Если вы идёте вдоль дороги, держитесь на расстоянии, чтобы вас не было видно, но вы видели, кто едет.

Если вы видите дым из трубы — это почти всегда люди. Идите туда.

Если ориентиров нет, нет дыма, нет дорог, нет рек — оставайтесь на месте. Лучше переждать ночь в шалаше, чем брести неизвестно куда в темноте.

Вопрос пятый: Чем мы располагаем?

Проверьте карманы и то, что в машине или рюкзаке. Зажигалка? (даже одна). Нож? (даже маленький перочинный). Телефон? (даже без связи). Часы? Одежда? Ремни, шнурки, пакеты, бутылка воды, еда? Всё это можно использовать для выживания.

Вопрос шестой: Когда наступит темнота?

Посмотрите на часы. Если сейчас лето, солнце сядет через 2—3 часа. Если зима — через 1—2 часа. Если до заката меньше двух часов, вы не должны идти в неизвестном направлении. Ваша задача — найти или построить укрытие и подготовиться к ночи. Если до заката больше трёх часов, можно попробовать дойти до видимого ориентира, но только если вы уверены в направлении.

Шаг 3. Решение: оставаться или идти

Теперь, когда вы ответили на шесть вопросов, принимаете решение.

Остаёмся на месте, если: вы не знаете точно, куда идти (ориентиры противоречивы или их нет); кто-то из семьи ранен, очень устал или замерзает; есть возможность построить укрытие и развести огонь; вы подали сигнал (свисток, свет фонарика, дым костра) и надеетесь, что вас ищут.

Идём, если: вы видите дым, дорогу, ЛЭП, реку, которая точно ведёт к людям; на месте нет ни укрытия, ни воды, ни топлива для костра; оставаться — значит замёрзнуть или умереть от жажды (например, в горах без воды и снега).

#### Чек-лист «Первые 2 минуты»

Остановиться, успокоить семью (контакт глазами, дыхание). Ответить на шесть вопросов: где, что угрожает, кто со мной, куда идти, чем располагаем, когда темнеет. Решить: оставаться или идти. Если остаёмся — начинать строить укрытие. Если идём — выбрать направление и запомнить ориентиры. Засечь время следующей остановки (не позже чем через 1 час).

#### Глава 5. Куда идти и чего избегать: ориентиры и паттерны опасности

Когда решение принято идти, встаёт главный вопрос: куда именно? Как не наступить на мину, не попасть в болото и не выйти напрямиком к вооружённым людям?

##### Надёжные ориентиры: что ведёт к людям

Линии электропередач (ЛЭП). Это самый надёжный ориентир. ЛЭП всегда ведут к подстанциям, а подстанции находятся рядом с посёлками, городами, дорогами. Идите вдоль линии, но не прямо под проводами (зимой с них может падать снег или лёд, а в грозу опасно). Держитесь на расстоянии 20—30 метров.

Реки и ручьи. В средней полосе реки почти всегда текут к населённым пунктам. Но есть исключения: река может уходить в болото или в глухой лес. Если вы идёте вдоль реки и видите, что берега становятся болотистыми, а вода мутнеет — лучше подняться повыше и поискать другой ориентир.

Просеки и дороги для лесозаготовок. Просеки прорубают геодезисты, лесорубы, связисты. Они обычно выходят к дорогам или посёлкам. Идите по просеке, но не по центру, а чуть сбоку, чтобы вас не было видно.

Дым из труб. Если вы видите дым — там люди. Идите на дым. Но будьте осторожны: дым может быть от костра туристов, лесного пожара или военной техники.

Звуки. В тихую погоду звук поезда, автомобиля, трактора, собачьего лая, петуха слышен за несколько километров. Остановитесь, прислушайтесь. Если слышите шум дороги — идите на него.

##### Чего избегать



Болот. Понять, что впереди болото, можно по растительности: осока, мох, чахлые берёзы, отсутствие высоких деревьев. Земля под ногами пружинит, из-под ног выжимается вода. Если попали в болото, ложитесь на живот и ползите обратно по своим следам. Не стойте, не дергайтесь.

Вырубки с хаотичными поваленными деревьями. Там, где лес вырубали промышленно, часто остаются глубокие ямы, острые пни, торчащие корни. Передвигаться трудно и опасно, особенно с ребёнком. Идите в обход.

Густой молодняк (ельник или осинник). Сквозь него невозможно пройти без шума и порезов. Это тратит силы и время. Обходите.

Овраги и промоины. В них может быть вода, но спускаться в глубокий овраг с ребёнком рискованно. Идите по верху, ищите брод или обход.

Открытое поле в метель. В зимнюю метель в поле можно потерять направление через 50 метров. Не выходите на поле, если нет видимости. Лучше оставаться у кромки леса.

Большие скопления людей на дорогах (если вы в зоне конфликта или хаоса). Толпа и давка опаснее одиночного нападения. Если видите пробку, очередь или скопление людей, обойдите стороной или подождите. Не вливайтесь.

## Глава 6. Навигация без технологий: солнце, звёзды, местность

Телефон сел или не ловит сеть. GPS не работает. Компаса нет. Как определить стороны света и не заблудиться?

### По солнцу

В Северном полушарии солнце встаёт на востоке, садится на западе. В полдень (примерно с 12 до 13 часов по местному времени) солнце находится на юге. Тень от вертикального предмета в полдень указывает на север.

Простой способ определить направление: воткните палку в землю так, чтобы она отбрасывала чёткую тень. Отметьте конец тени камешком или веточкой. Подождите 20 минут. Тень переместится. Отметьте её новый конец. Линия между первой и второй меткой — это приблизительное направление запад-восток. Первая метка — запад, вторая — восток. Встаньте так, чтобы запад был слева, восток справа. Тогда впереди будет север, сзади — юг.

### По часам (если есть механические или кварцевые)

Направьте часовую стрелку на солнце. Мысленно разделите угол между часовой стрелкой и отметкой 12 часов пополам. Линия, делящая угол пополам, укажет на юг. До полудня нужно делить угол от часовой стрелки до 12 часов против часовой стрелки, после полудня — по часовой стрелке.

### По звёздам

Полярная звезда всегда находится на севере. Чтобы найти её, сначала найдите созвездие Большой Медведицы (ковш из семи ярких звёзд). Две крайние звезды ковша укажут направление на Полярную звезду. Мысленно продолжите линию между ними на расстояние примерно в пять раз больше, чем между этими звёздами. Полярная звезда будет на этой линии. Она не такая яркая, как ковш, но заметная.

По местным признакам (осторожно, они не точны)

Мох на деревьях. Говорят, что мох растёт с северной стороны. Это правда только в очень сыром лесу. В сухом лесу мох может расти с любой стороны, где есть влага. Не полагайтесь на это как на единственный ориентир.

Муравейники. Иногда муравейники располагаются с южной стороны дерева или пня, чтобы солнце их прогревало. Но это нестрогое правило.

Крона деревьев. На южной стороне крона может быть гуще. Но лесные деревья тянутся к свету, который может падать не только с юга, но и с запада, востока в зависимости от рельефа.

Как не ходить кругами

Проверено на опыте: без ориентиров человек в лесу начинает ходить кругами. Шаг левой и правой ноги у всех немного разный, и через час вы можете вернуться на то же место, даже если вам казалось, что вы идёте прямо.

Чтобы этого избежать, выберите на горизонте или вдалеке какой-то ориентир — дерево необычной формы, камень, скалу. Идите на него. Когда подойдёте, выберите следующий. Никогда не смотрите под ноги, смотрите вперёд. Если нет видимого ориентира, идите по азимуту, то есть под определённым углом к солнцу или тени. Держите солнце, например, строго слева. Или следите, чтобы тень падала всегда в одну сторону.

Что делать, если вы поняли, что заблудились

Остановитесь. Не идите дальше. Вернитесь к последней точке, где вы были уверены в направлении. Вспомните, откуда пришли. Если есть возможность, оставляйте зарубки на деревьях или складывайте пирамидки из камней, чтобы не ходить по кругу.

## Глава 7. Поиск безопасного убежища в городском и пригородном ландшафте

Убежище — это ваша первая задача после того, как вы решили остаться на месте или не успеваете дойти до людей до темноты. Правило: начинайте искать место для ночлега за 2 часа до заката. В сумерках строить и даже просто найти подходящее укрытие трудно.

Городской ландшафт: где укрыться

Если вы оказались в городе или пригороде во время хаоса, не думайте, что бетонные стены автоматически безопасны. Ваша задача — найти место, где вас не увидят чужие и где можно переждать ночь.

Лучшие варианты: подземные переходы (если они пусты). Там сухо, нет ветра, есть стены. Но перед тем как заходить, убедитесь, что внутри нет агрессивных людей или бездомных собак. Подвалы жилых домов. В обычное время они заперты. Но в хаос двери могут быть открыты или их можно открыть. Не ломайте замки, если не уверены, что это не привлечёт внимание. Чердаки. Через них можно попасть в подъезд или на крышу. Но чердак холодный и пыльный, там много проводов, и вас могут услышать снизу. Технические помещения магазинов, офисов, заводов (заперты, но иногда есть незакрытые окна или двери). Будьте осторожны: там могут быть охранники или бездомные.

## **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.