МИХАИЛ ДИДЕНКО

РУССКИЙ СТИЛЬ ВЫЖИВАНИЯ

КАК ОСТАТЬСЯ
В ЖИВЫХ
ОДНОМУ В ЛЕСУ

Москва
2017

УДК 614.8
ББК 68.9
Д44

Диденко, Михаил.

Д44 Русский стиль выживания. Как остаться в живых одному в лесу / Михаил Диденко. — Москва : Издательство «Э», 2017. — 176 с. : ил. — (Сам себе тренер).

ISBN 978-5-699-93688-5

В этой книге описан самый трудный вариант выживания – в одиночку, с минимумом снаряжения, в средней полосе и тайге. Русский стиль выживания кардинально отличается от западного. Человек надеется не на приборы и аксессуары, а на себя – свои навыки и смекалку.

Благодаря изданию вы узнаете, КАК можно выжить без подручных средств, ЧТО делать в непредвиденных ситуациях, и ПОЧЕМУ важно сделать лес вашим другом, а не источником опасности.

УДК 614.8
ББК 68.9

978-5-699-93688-5

© Диденко М., текст, 2017
© Поткин В., изображения, 2017
© Оформление. ООО «Издательство «Э», 2017

Оглавление

ВВЕДЕНИЕ 5

Часть первая
ЗАКАЛКА ДУХА

Глава 1. ЗНАКОМСТВО С ЛЕСОМ (Успокоение) 13

Глава 2. НОЧЕВКА В ЛЕСУ (Смирение) 22

Глава 3. НЕДЕЛЯ В ЛЕСУ (На грани) 29

Часть вторая
ОБУСТРОЙСТВО ЛАГЕРЯ

Глава 1. ПЛАНИРОВАНИЕ СВОИХ ДЕЙСТВИЙ 37

Глава 2. ОРИЕНТИРОВАНИЕ БЕЗ КОМПАСА 45

Глава 3. ВАЛКА ДРОВ БЕЗ ПИЛЫ И ТОПОРА 57

Глава 4. РАЗВЕДЕНИЕ ОГНЯ БЕЗ СПИЧЕК 63

Глава 5. УКРЫТИЕ ОТ ДОЖДЯ И ВЕТРА 77

Глава 6. КАМЕННЫЙ НОЖ 84

Глава 7. ГОЛОДАНИЕ 87

Глава 8. РЫБНАЯ ЛОВЛЯ БЕЗ УДОЧКИ 90

Глава 9. ЛОВЛЯ МЕЛКИХ ЖИВОТНЫХ 104

Глава 10. ВСЕ, ЧТО ЛЕТАЕТ, ПОЛЗАЕТ И ПЛАВАЕТ 111

Глава 11. КАША ИЗ ШИШЕК И КОРЫ 117

Глава 12. ГИГИЕНА БЕЗ МЫЛА 122

Глава 13. ЛЕСНЫЕ ЛЕКАРСТВЕННЫЕ СРЕДСТВА. 125

Глава 14. ПОСУДА ИЗ БЕРЕСТЫ. 129

Глава 15. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОГОДЫ (Хвойный барометр) . .133

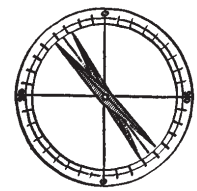
Часть третья
ГОД В ЛЕСУ
(За гранью)

Глава 1. СНЕЖНОЕ УБЕЖИЩЕ. 137

Глава 2. ДОБЫВАНИЕ ОГНЯ И СПЕЦИФИКА РАЗВЕДЕНИЯ КОСТРОВ В ЗИМНЕЕ ВРЕМЯ . . . 157

Глава 3. ОБУСТРОЙСТВО ЗИМОВЬЯ (Весна, лето, осень, зима). 160

ПОСЛЕСЛОВИЕ 175



Памяти Владимира Антипова и Вила Кудревича.

Автор выражает свою благодарность Василию Рыбакову (Томагавк), Николаю Бьерну (LastDay) и особенно Григорию Соколову (инструктору по спортивному туристскому многоборью).

Введение

Русский стиль выживания отличается от западного подхода тем, что человек надеется не на приборы и аксессуары, а на себя — свои навыки и смекалку. По этому методу человек не отгораживается от природы палатками, раскладушками с тентом, примусами и термическими грелками, а наоборот — старается слиться с природой, раствориться с ней, снова стать ее частью. На это есть причины.

Во-первых, любой прибор может поломаться, и если ты не умеешь сделать удочку, кружку и нож из «ничего», из подручных средств, из буквально того, что валяется под ногами, — ты обречен. А можешь наловить рыбу без сетей, зажечь огонь без спичек, напилить дрова без пилы? Если ты знаешь и умеешь все это, то тем более ты отлично справишься, имея снаряжение. Если не знаешь, то читай дальше.

Во-вторых, если ты настороженно относишься к природе, такой настрой тоже может сыграть злую роль — отношение к лесу, как к чему-то темному и зловещему, какому-то источнику опасности, будет держать тебя в напряжении и незаметно подтачивать твои силы. По крайней мере, ты будешь тратить энергию на это напряжение, сам того не зная. Если же ты считаешь лес учителем и любишь его, сама природа будет идти тебе навстречу. Ты будешь слышать разговоры деревьев, ветерок будет приветствовать тебя, грибы не станут от тебя прятаться и птицы будут делиться с тобой радостью бытия в своих песнях.

В-третьих, этот метод, по сути, воинская подготовка. В древности подростков специально отправляли в лес или горы одних, чтобы они могли закалить свой Дух, научиться использовать все свои ресурсы, выйдя на острую грань выживания... Этот метод берет начало поистине в доисторических практиках. Есть версия, что они берут начало еще в эпохе палеолита — эпохе камня, до металла. Именно в эту эпоху зародились боевые и целительские навыки, которые постепенно исчезли в новую эпоху неолита, оставшись в основном в труднодоступных местах Земли — в Китае, на Тибете...

Но и в России есть целые регионы, где знание сохранилось с первобытных глубин! Это тайга и ее жители — эвенки, ханты и другие, которые донесли свои знания до XX века и которые живут здесь минимум 5000 лет. Это и русские старообрядцы, которые ушли в тайгу от царей и которые живут здесь последние 500 лет. Это люди, по сравнению с которыми меркнут даже опытные, родовые охотники (не говоря уже о туристах). И наконец-то в последнее время спецназовцы стали использовать опыт выживания старообрядцев, обучаясь у них (иными словами, изобрели велосипед).

Не стоит пугаться слова «первобытный» — наконец-то и до современных ученых стало доходить, что образ, созданный

надменными творцами современного мира — косматый запуганный дикарь в шкурах, — мягко говоря, не соответствует действительности. Да, квантовых микроскопов и айфонов у пращуров не было. Но отсутствие технического прогресса вовсе не говорит об отсутствии духовного поиска и мудрости. (А может, и наоборот, это говорит о том, что они были мудры.) Они жили на воле, родами, где все были друг другу свои. Земля давала им все, что нужно для жизни — реки, полные рыбы, леса, полные дичи и ягод. Они не задыхались от злости и смога в перенаселенных «вавилонах», где все друг другу чужие, где за «органические» продукты надо платить вдвое больше и где такие банальные для лечения вещи, как гусиный жир, — это жуткий дефицит.

Так что можно сказать, что это первобытный стиль. Кроманьонский стиль.

Также в книге затронуты партизанские рецепты времен ВОВ — со снабжением у них не всегда все было хорошо. А воевать, жить и лечиться было нужно.

Данный метод — это нечто большее, чем курс выживания. Это воинские практики и техники для цельного развития духа и тела. Выживание здесь не самоцель, а скорее инструмент для внутреннего развития. Это действительно система — в том плане, что здесь есть методическая последовательность. Это не бессвязный набор приемов. Это опыт многих тысяч людей за десятки тысяч лет. И хотя его всегда можно восстановить на практике, лучше этого не делать — потому что придется пройти весь тысячелетний путь заново. Причем одно дело боевые навыки, а как насчет целительства? Там все намного сложнее.

Выживание — это только часть воинской системы (хотя и важная и неотъемлемая часть). Но в этой книге нами было решено осветить лишь ее выживательскую грань. Такие вещи

не для всех, и не надо думать, что в эпоху Интернета можно узнать все обо всем. Некоторые вещи не разглашаются и не продаются.

Но:

— из-за глобализации и изменения мышления современных людей интерес к древним знаниям пропадает, а интерес к блестящей коммерческой мишуре повышается, и не хотелось бы, чтобы эти знания ушли;

— учитывая обстановку в мире, хочется поделиться действительно полезными, настоящими практиками — с надеждой, что они не пригодятся;

— в нашем обществе катастрофическое положение в области мужского воспитания, а эти методы как раз полезны для воспитания характера;

— если человек заинтересуется и будет искать, он найдет и другие элементы системы, а если нет, то хватит и того, что написано в этой книге; и так здесь освещено многое…

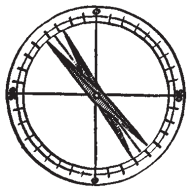
Да и умение выживать само по себе очень сильно повышает уверенность человека, позволяя ему потом достигать жизненных высот, становиться «островком», к которому тянутся другие люди. И самое смешное, что все это очень просто, но и в тот же момент трудно. Лес — это лучший учитель и гигантский бесплатный тренажер.

Конечно же, все нижеописанные практики проверены автором, его друзьями и знакомыми на своем личном опыте — и ничего, кроме пользы, они не принесли. Да и не могли. Интересно, что практически любой человек, волей случая попавший в примерно такие же ситуации, получает такие же ощущения и приходит к тем же выводам — и это не случайно, потому что система основана на обобщенном опыте тысячелетий.

Эта книга о выживании в условиях России одного человека с минимумом (а то и отсутствием) снаряжения — это самый трудный вариант выживания. Здесь выживание является не самоцелью, а инструментом для внутреннего развития, а жизнь в лесу — медитацией. В этой книге нет теоретических описаний растений и грибов, она максимально практична и полезна.

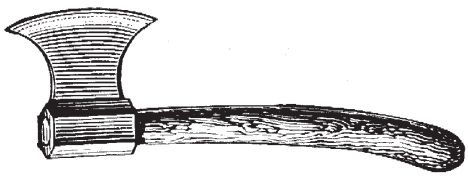
Нам трудно сейчас, физически трудно, но мы отдыхаем душой. Смятение нас не терзает, мы уверены, что рано или поздно, но найдем выход из леса. Мы даже подготовлены морально к тому, что это может случиться не скоро. Зато здесь мы испытываем чудесное, уже позабытое чувство: мы часть всего, что вокруг.

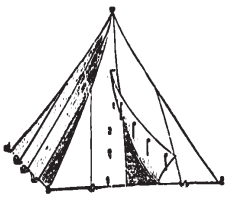
ЛЕОНИД РЕПИН.
Затерявшиеся в тайге

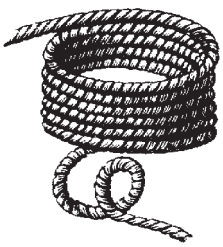


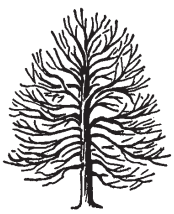
Часть первая

Закалка духа









Глава 1

ЗНАКОМСТВО С ЛЕСОМ
(Успокоение)

Здесь, в тайге, время течет по-иному. Для человека, в ней потерявшегося, оно несется скачками. А потом безнадежно, медленно тянется. Всякая поспешность чужда тайге. Все в ее жизни вершится неторопливо. Она живет как бы в другом измерении времени. Если бы человеку было дано проникнуть в него, в иной жизненный ритм, и пожить в нем немного, он бы увидел странные, любопытные вещи. Он бы увидел, как, вспучивая землю, шевелятся, движутся, вырастая вглубь и вширь, корни деревьев. Как стволы раздаются и поднимаются к небу. Как набухают и лопаются почки ранней весной и как из них появляются листья и тотчас почти опадают, сраженные холодом осени... В том измерении и вся-то земля преображается заметно для глаза.

Но это увидеть нам не дано. У нас свой жизненный ритм. Мы предпочитаем спешить, бежать, опаздывать, снова спешить... И сами не замечаем уже, как в нашей жизни остается мало времени для того, чтобы подумать о ней.

ЛЕОНИД РЕПИН.
Затерявшиеся в тайге

К сожалению, нам, современным людям, нужно заново знакомиться с лесом, с природой! Человек оторван от своей естественной среды обитания и живет в искусственных клетках горо-

дов. Если конкретно, то, во-первых, наш опорно-двигательный аппарат не предназначен для бега по искусственному покрытию типа асфальта — это «убивает» голеностоп, колени (самые хрупкие и важные суставы), поясничный отдел позвоночника. А попробуйте побегать по лесным тропинкам или вообще по мягкому мху в сосновом бору! Никакая резина не сравнится. А воздух? В лесу он содержит более двухсот биологически активных летучих веществ, которые значительно улучшают умственную и физическую деятельность всех систем организма (включая сердечно-сосудистую!), повышают устойчивость организма к инфекциям и токсинам, повышают содержание гемоглобина в крови, нормализуют частоту пульса, улучшают легочную вентиляцию. Фитонциды в лесном воздухе подавляют размножение болезнетворных бактерий. Больше всего фитонцидов выделяют пихта, сосна, ель, можжевельник, черемуха, дуб, береза и клен. Наибольшая концентрация фитонцидов наблюдается в июне, после полудня, в молодом лесу.

Также фитонциды оказывают положительное влияние на иммунную систему, дыхание и кровообращение. Но это еще не все! Лесной воздух наполнен отрицательно заряженными аэроионами, которые благотворно действуют на весь организм, повышают интенсивность газообмена, регулируют дыхание. Больше всего воздух насыщен аэроионами вблизи дубов и берез. А в городе? Гарь и вонь выхлопных труб. Офисная жизнь также отрицательно сказывается на зрении, на всех отделах позвоночника, приводит к гиподинамии в целом. А ведь человеку нужно минимум три часа физической активности в день. И кстати, тренировки по этой системе требуется проводить только в лесу! Почему — см. дальше.

Но самое страшное не это. Самое страшное — в рассинхронизации биоритмов. Каждый, кто хоть неделю жил в деревне,

знает, что там вечером хочется спать, а утром действовать, трудиться. В отличие от города, где все наоборот... В деревне человек приближается к природе — он видит и слышит, как вечером все стихает, а утром, наоборот, — петух возвещает о начале нового дня, встает солнце и т.д. Так вот нам предстоит не приблизиться к природе, а войти в нее. Деревня — это все-таки обжитое, уже человеческое место. Лес — это особая стихия. Пусть лес средней полосы не такой дикий, как тайга или горные леса Тянь-Шаня, все же он живет своей жизнью. Там и есть средоточие природы. В лесу к ночи достаточно резко наступает тишина. А утром, примерно в 4:30, как по команде начинают петь птицы и чувствуется, что солнце уже раскаляется за деревьями.

И там человек может начать свое исцеление — гармонизируя свои биоритмы, так как на природе он неизбежно начинает подстраиваться к природным, естественным ритмам. Лес — это еще и целитель. Нужно просто прийти туда. Кстати, с точки зрения науки биоритмологии (хронобиологии), очень вредны перелеты на самолетах, потому что они просто сбрасывают ритм. Одно дело, когда ты провел ночь в клубе, а на следующий день спишь до обеда. Или когда ты хронически не высыпаешься из-за работы, из-за того, что нужно рано вставать, чтобы не застрять в «пробке», а вечером, как всегда, сидишь в Интернете допоздна. А другое дело, когда тебя резко перебрасывают из одной зоны, к которой ты худо-бедно привык, в другую. А что происходит с людьми, которые по работе летают чуть ли не каждый день? Остается только догадываться. Но каждый выбирает сам — здоровье или карьера[1].

[1] По этой же причине тренировки в вечернее время полезны не всем. Вечером биоритм замедляется, организм готовится ко сну. А на тренировке ритм искусственно подстегивают, и человек потом долго не может уснуть. О ритмах можно написать отдельную книгу.