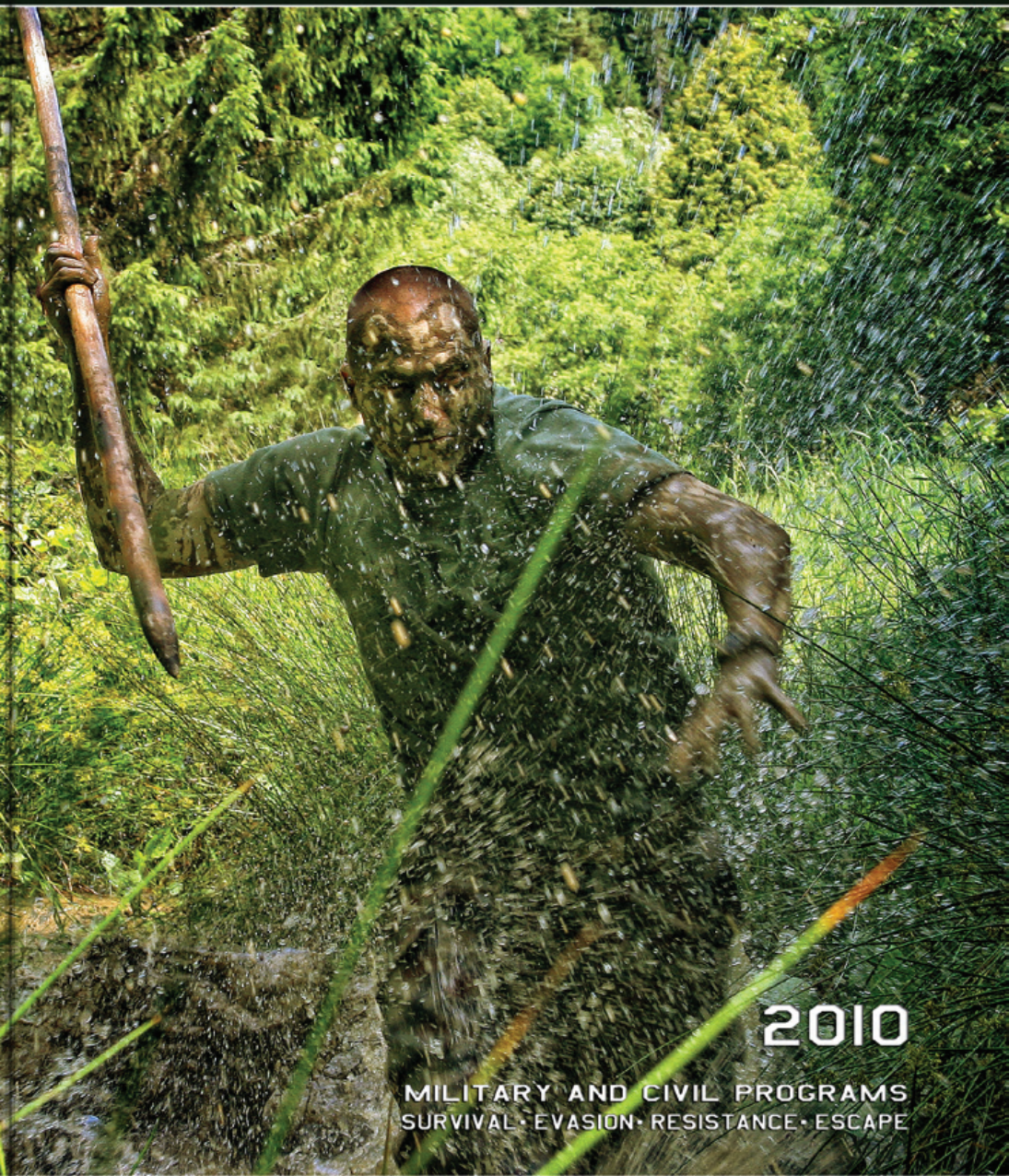


The School of **SURVIVAL** From Nature
SPECIAL FORCES TRAINING

S.S.F.N.



2010

MILITARY AND CIVIL PROGRAMS
SURVIVAL • EVASION • RESISTANCE • ESCAPE

COMBAT SURVIVAL TRAINING

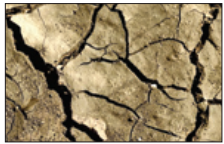


The School of SURVIVAL From Nature
SPECIAL FORCES TRAINING
S.S.F.N.



predgovor

Zakaj.... in zato, če bi in če ne bi. Danes skoraj vsak, ki v svoja ušesa ujame »preživetje v naravi«, prav gotovo izgovori ta stavek v svojih mislih še toliko manj spoštljivo kot ga je slišal,...saj si misli »kaj bi ti to sploh koristilo v svetu, ki ga živimo!« Malokdo se zaveda, da sta v tem stavku dva najpomembnejša elementa življenja, odkar obstajajo živa bitja in tudi mi nismo nikakršne izjeme. Od samega nastanka planeta, se njegovo igrišče oziroma površje imenuje narava in na njem je najpomembnejši cilj njenih bitji: ostati živ oziroma preživeti! Narava je naša mati, je največja in najstarejša univerza, ki jo bomo kdaj koli poznali. Tu smo in se še učimo, kako pomembna je harmonija, z vsem kar nas obdaja. Nič ni brez namena, prav nič, vse je tu s svojim namenom, mi vsi smo tako rekoč njeni učenci. Pohleven, ponosen in spoštljiv naj bi bil človeški odnos do so-bitji in planeta, ki je naš dom! Toda civilizacija in njen sistem nam vse bolj prodirata v miselnost, skorajda nas je prepričala, da so le tiste štiri stene ki nas obdajajo naš dom, vse ostalo sploh ni več pomembno! Človeško bitje zaznamuje inteligenca in ta skozi čas vse bolj izgublja v boju s sistemom življenja v civilizaciji, ki postaja nekakšen zakon življenja. Toda že samo ena malenkost, katera lahko zruši ta temelj sistema, nas postavi na trdna tla, kjer v resnici sploh smo. Marsikdo je že pozabil kako izgleda napisati eno samo pismo na roke, kaj šele, da ne bi imel prižganega računalnika, možnost gledanja televizije ali mrzle pijače iz hladilnika sredi vročega poletja ali vsaj ene prižgane luči v svojem stanovanju.... bila bi tema in to ne samo v stanovanju, temveč v **predalu človeške razvajenosti!** Da ne bi govoril o vojnih razmerah, ki danes prav zlahka in nenavadno hitro izbruhnejo. Mislim da sem povedal dovolj. Glavno vprašanje, ki si naj ga vsakdo postavi je: Kje živimo in kdo smo? Vse okoli nas je naš osnovni dom in ne le tiste štiri stene, ki nas obdajajo. Naravno okolje je tisto, ki nam dovoljuje življenje in smo bitja, ki ponosno živimo že več tisočletji skozi vsa neurja tega planeta! Bilo bi sramotno izginiti iz površja tega planeta zaradi svojih neumnih in nesmiselnih potez. Čas je že, da se začnemo učiti iz svojih napak in da začnemo spoštovati svoj prvi in najverjetneje zadnji dom! Veščina »Preživetje v naravi« je kultura, ki je dokaj izbrisana, ostaja le še kot senca njenega velikega pomena. Mislim, da v današnjem vse bolj moderniziranemu svetu nekatera znanja in veščine izgubljajo svoj pomen, druga ga pridobivajo in spet tretja izginjajo iz vsakdanjika ter tako postajajo tako rekoč znanstvena fantastika. Toda mar se vsak dan življenje ne začne z bojem za obstoj? Preživetje je bistven element za vsakega od nas, le da je bojno polje veliko bolj široko kot je kdaj koli bilo. Veščina je namenjena za preživetje skupine ali posameznika, ki se znajde v ekstremni situaciji, kjer ni drugih alternativ razen tiste, ki si jo z danim okoljem **krojiš sam.**



© SSFN 2010

Vse pravice pridržane.
Fotografija in design by SSFN Brane T. Červek.
Programi za civilni sektor I. izdaja

S.S.F.N. - CIVILNI PROGRAM

PROGRAMI USPOSABLJANJA NA CIVILNEM PODROČJU

- program za civilne pilote, gorske reševalce, vojne reporterje,
- program za podjetja (tekmovalni - TEAM BUILDING)
- program za šole (specialni naravoslovni in izobraževalni program)

KOMU SO NAMENJENI PROGRAMI - CILJNE SKUPINE?

VSAKDO IN KDORKOLI

- ki - želi in ne želi spoznati svojo notranjost
- ki - hoče dokazati, da je in ni sposoben
- ki - ima in nima volje do življenja
- ki - ima in nima zadržkov pred seboj
- ki - ve in ne ve kaj sploh hoče
- ki - se želi učiti na svojih napakah
- ki - se želi odvaditi starih razvad
- ki - mora ODPRETI NOVO STRAN V SVOJEM ŽIVLJENJU

NAMEN TAKEGA USPOSABLJANJA?

PRED USPOSABLJANJEM

- Smo razvajeni in pomehkuženi -
- Vse se zdi samoumevno -
- Dejanja in besede so izgubile svoj pomen -
- Vse kar šteje, je imetje -
- Blefiranje -
- Malomarnost -
- Nespoštovanje -

PO USPOSABLJANJU

- Utrjeni in realni
- Trdo delo
- Dejanja in besede dobijo 100% pomen
- Malenkosti postanejo bogastvo
- Znanje dokazuje svojo moč
- Zavedanje sebe in vloge okolja
- Skrb za prihodnost

SPLOŠNI POGOJI

- Za prijavo v program usposabljanja je potrebno oddati:
- osebne podatke, - spisek alergij, - opis starejših in nedavnih težjih poškodb in podpis s katerim potrjujete sledeče:

**V PROGRAM USPOSABLJANJA SE VKLJUČUJETE PROSTOVOLJNO.
ZA VSE MOREBITNE POŠKODBE POSAMEZNIK ALI SKUPINA ODGOVARJA SAMA.**



HRANA

Ko hodiš po njej in takrat ko hrana hodi in se plazi okoli tebe, od znotraj pa umiraš od lakote, spoznaš svojo nemarnost.



KAKŠEN JEDILNIK LAHKO PRIČAKUJETE ?

Hrane se na usposabljanju preživetja v naravi ne izbira, jedli boste lahko vse, kar vam narava nudi, vendar tudi to ne pride samo od sebe. Toda odločitev bo vsekakor vaša. Vaš jedilnik bo izjemno raznovrst, nevsakdanji in nepoznan. Iz palete rastlinske hrane boste spoznavali nove okuse, ki so vam nepoznani, velikokrat neprijetnega okusa, a vseeno boljše kot nič. V vsakem letnem času vam narava nudi take in drugačne dobrote, vse od čebulic, solat, plodov do gob in zelišč. Med hrano se uvrščajo tudi insekti, ki prav tako tvorijo pomemben člen v divji prehrani in so mejnica pred tistim večjim, ki vam neprestano hodijo po mislih (zrezki, pizze in ostale zadeve iz domače kuhinje). Lovili boste ribe, rake, iskali školjke, polže, kače in ostale plazilce, vendar vam ne bo lahko. Hrana sicer obstaja, vendar je pomembna njihova priprava. In prav tu boste spoznali, kako dobre so jedi, ko sprejmete tisto, kar imate na razpolago.

OBUPEN OKUS, A POMEMBNA JE VSEBINA!

Spoznavati nove okuse hrano iz rastlin, insektov ali živali, ki so vam do sedaj bili nepoznani, so za nekatere velikokrat neprijetnega okusa, še posebej zato, ker v uporabi ni soli.



VODA

Ko v nedogled puščaš litre vode v lijak, ko z njo polivaš kup pločevine in takrat, ko uriniraš kri in sanjaš o požirku hladne vode.





O VODI IN O ZNAKIH DEHIDRACIJE

Pogled je vse bolj zamegljen, smeri nimajo več ne smisla, ne kontrole, horizont se maje, kamorkoli se ozrete, česarkoli živega se dotaknete, vse neprestano pije vodo - vsi jo potrebujejo za obstoj, a sami ste obupno žejni. Okolje vam to nenehno dokazuje in takrat, ko ste na izpitu življenja v situaciji preživetja, se počutite tako majhni kot še nikdar prej. Vaše znanje se tu ponavadi dobesedno ustavi. Res, da je na začetku veliko idej v glavi, kje naj bi se voda nahajala, a se vsakič ob neuspelem poizkusu iskanja izgublajo in manjšajo do točke nič. Da bi se dokončno prebudili, vam bom vaše stanje opisal še na lepši način, vode je torej tako rekoč v izobilju skorajda vse povsod okoli vas, ampak za vas je ni nikjer, niti ene same kaplje, ki bi jo lahko zaužili in takrat gre nekaj res zelo narobe.

Voda je nujnost za preživetje, poleg hrane je eden najpomembnejših elementov za preživetje. Brez vode se ne da živeti, brez nje tudi za kratek čas ne morete živeti dolgo, tu govorimo le o nekaj dneh, v vročih predelih sveta morda o nekaj urah. Da bi človek v taki situaciji zagotovil telesu minimum normalnega delovanja, potrebuje dnevno vsaj 1,5 litra vode, ob večjih naporih pa se poraba poveča do najmanj treh litrov na dan! Več kot $\frac{3}{4}$ našega telesa vsebuje vodo in neobhodno je, da si jo sproti zagotavljamo. Nekako vsi dejavniki od vročine, mraza, stresa do napora delujejo neizprosno in nenehno samo proti vam in vas znova in znova kličejo k obnovitvi zaloga tekočine. Čisto na kratko, ob izgubi tekočine najprej občutimo hudo žejo, izgubimo tek, postanemo zaspani in lenobni. Pri še hujši obliki pomanjkanja tekočine pa se pojavi najprej slabost, omotica, bruhanje in kot končna faza delirij in smrt! Tudi najvzdržljivejši ljudje zdržijo samo od 6 do 8 dni brez vode, le da se življenjske aktivnosti telesa po vsakem dnevu naglo znižujejo. Torej, najosnovnejši cilj preživetja je zagotovitev zaloga vode.

Voda je v naravi ponavadi vedno okoli nas, čeprav je ne vidimo, tako kot si jo predstavljamo, v obliki potoka, reke ali jezera. Ko pozabimo na tovrstno svojo požrešnost, potem boste kaj kmalu začeli iskati rešitve kje drugje, povsod tam, kjer vam v normalni situaciji tudi ne bi na kraj pameti prišlo.



KAKO IN KJE DO VODE ?

Naučili se boste iskati znake v naravi, kjer lahko najdemo vodo, znali jo boste pridobivati in shranjevati, še bolj kot to, pa ceniti in zaužiti.

Voda je lahko in je prav pogosto nekje akumulirana in prav tu bo vaša pot dobila nov začetek - k novi poti do spoštovanja do te nepogrešljive tekočine. Užitno tekočino boste kdaj pa kdaj primorani pridobivati z destilacijo, drugič z izstiskanjem, tretjič z vrtnjem ali najtežje, s kopanjem in filtriranjem! Voda je v rastlinah, v drevesih, v tleh, včasih vam za njeno prisotnost povedo živali, le opazovati je potrebno. Izdelovali boste filtre in včasih umazano tekočino filtrirali, da jo boste lahko zaužili, v njej kuhali juhe ali čaje!

Skratka spoznanje o pomembnosti vode vodi k spoštovanju do tega najpomembnejšega elementa našega življenja.

Huda žeja je znak, ki vam pove kako nujno je, da zaužijete tekočino, skratka, spoznavali boste svoje telo, ki vam bo govorilo več kot znate o njem povedati sami.

Pridobljeno znanje o vodi vam bo koristilo, tako doma kot kjerkoli na vaših potovanjih in takrat se boste spomnili postopkov in posledic, ki jih prinaša pomanjkanje vode.



OGENJ

Z njim in brez njega je en sam hudič, na koncu pa; kaj bi brez njega.





NETENJE IN OGENJ

Ogenj je znanost, je nekaj kar se ne naučiš na pamet, vedno se učiš znova in znova, pa čeprav je tu podan zelo jasen zakon, kot je pogoj vsakega ognja. Imenujem ga, trikotnik sreče!

Ta trikotnik sreče sestavljajo trije elementi, in so eden od drugega odvisni, v katerikoli smeri, to so:
Zrak - Gorivo – Toplota.

Ogenj človeku v naravi zadovolji mnogo potreb. Zagotavlja toploto, svetlobo in udobje, na njem lahko kuhamo, konzerviramo hrano in ta je kot pogreta obogatena z še več kalorijami. Naše telo potroši največ kalorij ravno za segrevanje telesa. Ogenj omogoča tudi prekuhavanje vode, signalizacijo v primeru reševanja in zaščito pred večjimi živalmi-plenilci! Da ne bi bilo pomote - do sedaj smo neprestano govorili o tabornem ognju, nadzorovanem ognju, ki psihološko pomirjujoče vpliva na človeka, deluje kot družabnik, kot prijatelj in je odličen element za boj proti stresu!

Z ognjem si lahko izdelamo tudi orožje in pripomočke, ki nam lahko koristijo za preživetje. Ogenj smatrajte kot živo stvar, vedno ga poslušajte in glejte, kaj vam pripoveduje, kaj hoče in prav tisto mu dajte in dal vam bo vse, kar koli že od njega pričakujete.

Kot sem že omenjal, je preživetje konec koncev umetnost opazovanja in prilagajanja vaših reakcij na okoliške vplive. Najpomembnejša naloga pri sami izgradnji oz. izvedbi ognja je, kot vse povsod, priprava, govorim o vseh možnih primerih izdelave ognja.

Najbolj primitiven način priprave ognja je s trenjem lesa ob les. Res je, da se to sliši samo še kot filmski trik, ki ga ni mogoče izvesti v naravi. No, ta trik je deloval več 10.000 letji, danes pa je dobesedno izumrl. Mnogi od vas ste to že poizkušali, pa najbrž ni uspelo. Le zakaj, se sprašujete?

IZDELAVA ORODJA IN OROŽJA

Obstajajo sestavine, ki nas v življenjskem prostoru obkrožajo in ki v pravi kombinaciji z ostalimi materiali tvorijo uporabne, včasih zelo čvrste in prijemljive predmete, kot so orodja, pripomočki in ne nazadnje tudi orožja. V divjini so sicer težje dostopna, pa vendar so in nedvomno so učinkovita, saj smo s tehniko in z znanjem o njihovi uporabi z njimi prišli vse do današnjih dni in naprej!

Te snovi in ti materiali, o katerih se v bistvu niti ne zavedamo več, katere resnično omogočajo, da je naše vsakdanje življenje priročajše, lažje in učinkovitejše, so pomemben del preživetja tako doma kot v divjini! Uporabljamo jih vsak dan, so tako rekoč že samoumevne, saj po njih stopimo v najbližjo trgovino in smo v trenutku že njihovi lastniki. Na žalost bolj ali manj nevhvalni. Vrednost in spoštovanje pa pridobijo definitivno šele takrat, ko jih moramo izdelati sami, z lastnimi rokami in z znanjem in običajno v nezaželeni situaciji!

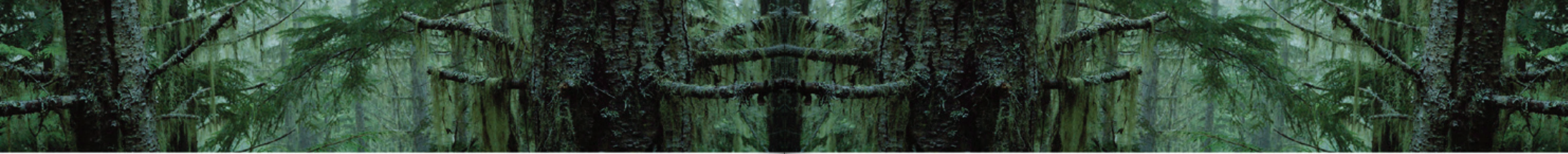
Ko se zgodi, da tudi noža nimate, se stvar začne od začetka ali pa je že pri vašem koncu! Primitivno orožje nam lahko zagotovi dejansko varnost in daje tudi varnejši občutek našim čutilom. Občutek varnosti sicer velja le takrat, če je primitivno orožje zares pravilno izdelano.



PSIHA - STRES - STRAH

Piknikov ni v slabem vremenu, nikoli v samoti, vedno z nekom, ki te lahko podpira in pomaga. Takrat ko sovražnika komaj opazimo, ko okoli tebe prežijo lačna usta, moč, ki je ne moreš ukrotiti, takrat si sam s svojimi strahovi in rešitvami. Bojte se samega sebe in ne okolice .





PSIHA IN NEVARNOSTI VAŠIH REAKCIJ

Ste se kdaj vprašali, kako bi se počutili in obnašali, če bi vedeli, da ste pravkar storili katastrofalno napako, ki vas bo skoraj 100% stala življenja?

Situacija: Ste sami, tako sami, da niti konice svojih prstov na svoji roki ne vidite, tako daleč stran, globoko v divjini nekje, kjer nihče ne more vedeti za vas in zdi se vam, da vas je ta zadnji spremni trenutek oddaljil še 100 krat dlje od najbližje rešitve, skratka nastala situacija vas vse bolj bombardira z mislijo, da rešitve preprosto ni. Misli divjajo v vse smeri, glava poka po šivih, v mislih poizkušate ustvariti sito in lijak, skozi katerega naj bi padla ideja za rešitev, ampak ne, dejansko se v glavi dogaja nekaj popolnoma drugega. Podzavest vam govori in besede grozno odmevajo; imam le še nekaj minut življenja, kako sem storil nekaj tako neumnega, zakaj nisem storil tega ali onega, izžarevate čisto jezo in strah, predvsem pa vam hodi na misel: zakaj nisem poslušal svojega prvega notranjega glasu!

Preživetje kot celota, je v vsakem primeru en sam velik stres in zato dogajanje okoli vas sprejemate najprej izjemno čustveno, ki nenazadnje potencira vaše včasih nesmiselne reakcije v dani situaciji.

Stres ni bolezen, ki bi jo lahko ozdravili in odstranili iz življenja, je stanje, ki nas več ali manj preprosto neprestano spremlja. Stres lahko najprej opišemo kot reakcijo na pritiske iz okolja. Je nekakšen odziv telesa za klic na pomoč. Telo sprosti gorivo - sladkor in maščobo, ki zagotovita hitro energijo. Pospešeno dihanje oskrbi kri z dodatnim kisikom, napetost mišic se poveča, ki se tako pripravijo za delovanje. Vsa čutila so prav tako v popolnem alarmu, posebej sluh, ki postane občutljivejši, oči se povečajo in vonj je ostrejši. Vse bolj pa se povečuje bitje srca in s tem krvni pritisk, ki oskrbuje in polni mišice s krvjo in že ta del reakcije telesa je lahko za nekoga usoden, ker telo preprosto tega za daljše obdobje ne prenese!



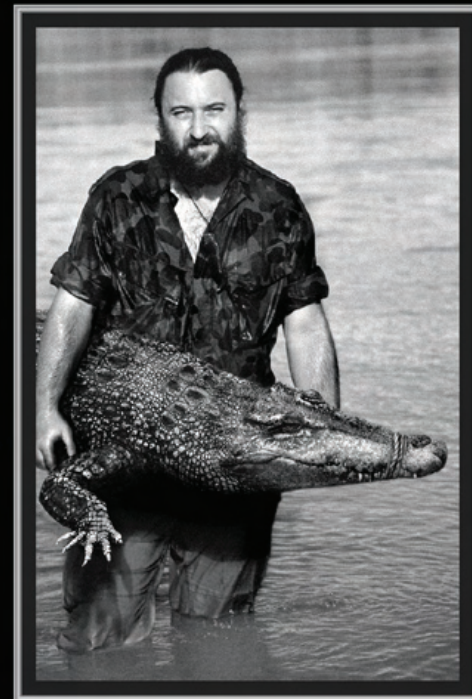
SOPRIJEMANJE Z »UNIČUJOČIMI« DEJAVNIKI

1. Najprej mora človek delati na spoznavanju sebe, spoznavati se v okolju med prijatelji, družino in sam s sabo. Vedno si pustite odprta vrata in sprejemajte vse, kar je okoli vas, kot učne ure. Poznavanje drug drugega je spoznavanje tudi samega sebe. Pomembno je spoznati svoje meje in slabosti, da lahko na njih naredite nadgradnjo -to pa je izvedljivo samo, če smo do sebe realni !!!
2. Nikoli si ne delajte utvar, da vas nič ne more presenetiti ali prestrašiti. Priznajte in spoznajte svoj strah, česa se v situaciji preživetja v divjini, če bi ostali sami, najbolj bojite, česa se bojite v sebi! Vaš cilj ni odpraviti strah, ker deluje na več načinov in nikoli se ne pojavi in istem zaporedju ali naenkrat, zato se je pomembno postopoma usposabljeni v določenih stopnjah svojih strahov.
3. Resnost situacije naj vam bo takoj jasna, predstavljajte si jo tako kot je, ne izmišljajte si česar ni in ne boste razočarani. Vedno upajte na boljše in hkrati bodite pripravljeni na najhujše. V taki situaciji ohranite razsodnost in rešujete, kar se rešiti sploh da!
4. Naučite se videti dobro in pozitivno v vsem, kar se vam ponuja. V mislih imam eno samo žuželko, ki vas lahko odpelje naravnost do vode. Vse vam lahko pride prav in kar se vam dobesedno nastavlja na poti, sprejmite kot božji dar in nikaner ne zavržite take priložnosti. Zapomnite si, v divjini se obnašajte kot plenilec!!! Pozitivnost je morala in kreativnost!!!
5. Zavedajte se kaj pomeni slaba lastnost, prepreka. Izogibajte se slabih navad, če nanje niste pripravljeni!
6. Resno spremljajte vsak poizkus svojega nadgrajevanja v smislu odpravljanja vseh svojih težav in frustracij. Vse kar doživljate, doživljajte resnično.
7. Karkoli že počnete, počnite to najbolje, ne zanašajte se na druge, morda drugih takrat ne bo. Bodite vestni v vseh pogledih, ko se izobražujete v večini preživetja v divjini, to nikakor ni zabava, saj vas lahko mimogrede stane vsega, tudi življenja. Želja po uspehu je poglavitna!
8. Usodna je lahko samo ena nepravilna reakcija, ki je nevarnejša od same situacije.
9. Ob izgubi orientacije oz. prostora okoli sebe se ustavite in ne nadaljujte poti v neznano, saj se situacija lahko le poslabša – rešitev je le naključna.
11. Pomemben je načrt, ki ga umirjeno načrtujete na mestu, saj vam panika zmanjša sposobnost razmišljanja za ¼ vašega normalnega delovanja.
12. Bojte se samega sebe in ne okolice.
13. Čim prej vzpostavite osnovne funkcije za preživetje.
14. In še enkrat, glejte na svet takega kot je, ne domišljajte si ničesar za kar niste sami sposobni, takrat vas lahko reši samo sreča in ne vaše znanje! Dobra mera odločnosti je vse kar potrebujete in prav nič več!



NARAVA

Narava je moj dom, moja ljubezen in moja pisarna, je igrišče in univerza. Brez nje ne bi obstajal, brez nje ni lepote v očeh, z njo imam vse!



S.S.F.N.

Brane T. Červek vodja in ustanovitelj šole preživetja v naravi "S.S.F.N. - THE SCHOOL OF SURVIVAL FROM NATURE - Special Forces Training" kot inštruktor že 19 let profesionalno deluje na vojaškem in delno na civilnem področju.

Na pobudo avstralske vladne organizacije "Department for Aboriginal Affairs, South Australia" je dve leti raziskoval kulturo in večino preživetja domorodcev v Avstraliji. Živeč med domorodci, Aboridžini, je bil kot prvi Evropejec posvojen med plemena kot so Ngarinyin, Wororra, Wunambul in Karraywoorroong. V pomoč do razumevanja kulture



Piloti US AIR FORCE iz letalske baze Aviano na usposabljanju preživetja v naravi in zaključna evakuacija pilotov.

Aboriginov ustanovi društvo SAAGS (Slovenian Australian Aboriginal Geographic Society), ki organizira edinstven obisk plemen Ngarinyin, Wororra in Wunambul v Sloveniji v smislu kulturne izmenjave.

V Avstraliji po dvoletnem usposabljanju pridobi status certificiranega mednarodnega inštruktorja in tako kot edini tovrstni predstavnik v Evropi s svojimi izkušnjami po svetu in doma usposablja predvsem tuje vojaške **specialne enote, izvidniške enote in vojaške pilote ZDA**.

Danes redno sodeluje z Ministrstvom za obrambo RS, z specialnimi silami ESD slovenske vojske, letalsko šolo SVL, z šolo za Častnike, Izvidniškim enotam 10 in 20 MOTB in jih usposablja za najzahtevnejše misije v Iraku, Afganistanu, Libanonu, čadu itd. na vseh geografskih področjih. Za svoje delo je prejel veliko pohval in odlikovanj.

Civilni del njegovih usposabljanj pa je namenjen gorskim reševalcem, civilnim pilotom in vojnim reporterjem, šolam in podjetjem (tekmovalni - TEAM BUILDING).

Posnel je tri dokumentarne filme, od teh dva v televizijski seriji "Odklop", in enega "Survival Aboriginal Australia" v lastni produkciji in režiji, piše strokovne članke in pripravlja obsežno literaturo na področju Enciklopedije preživetja v divjini.

"Vse moje delo je posvečeno rastlinam in živalim, brez njih ne obstajamo. Vse dokler bomo spoštovali samega sebe, bo vse delovalo tako kot mora. Naučimo se videti in slišati vse in ne samo tisto, kar želimo. Resnica preprosto leži prav tam".

survival inštruktor, *Brane T. Červek*

za dodatne informacije kliknite na spodnje povezave:

e-mail:
info@survival-nature.com

Internetna stran:
www.survival-nature.com





SPECIALNA AIRSOFT IN DRUGA OPREMA

UNIFORME, NAHRBTNIKI, OBUTEV, ...Itd.

Spec. Op. Equipment

HQ BUNKER

NEPREMAGIJIV V PONUDBI AIRSOFT OPREME



Priporočam opremo iz trgovine HQ-BUNKER

Tel: +386 (0) 590 47 110

ACU in BDU stil uniforme



vrhunska sredstva za zaščito

<http://www.hq-bunker.si>