

《自救书》

图书基本信息

《自救书》

作者简介

雷纳尔 斯塔尔伯格 (Rainer Stahlberg) 麻省理工学院教授，美国特种警察部队首席顾问，户内外生存研究专家。

《自救书》

书籍目录

第一章 在孤寂中自救

第二章 在拥挤中自救

第三章 在干渴中自救

.....

第十九章 在异乎寻常下自救

精彩短评

- 1、学习了
- 2、更喜欢生存手册那本，不过这个也挺好，比如核危机的时候该怎么办
- 3、希望大家平时都能抽时间看看这方面的书，总能用上一些。
- 4、3个小时看完的，全书写的很广，但不详细。人生路漫漫，不知道哪天就飞来横祸，善待每一天。
- 5、本来以为是急救的内容，结果.....美国人民一直生活在恐慌中啊，核战争自救也就算了，特么居然有陨石撞击地球和外星人入侵.....
- 6、为了生存，必须思考不可思考之事
- 7、因为512大地震而看本书。看完让我想起电影I'm legend 和 the day after tomorrow.
书里的都是建议，不管是谁，只要面对灾祸，都要深吸一口气，下定决心，不惜与人生的变数决一死战，最后战胜死亡。生存不一定全部都属于强者，还属于有准备的人。
- 8、该死还得死
- 9、年度收益最佳书籍。
- 10、教你逃生。
- 11、后面几章比较搞，金融危机、世界末日等等，哈哈哈哈哈，但愿那时候能用得上
- 12、这个老牛逼了
- 13、集娱乐知识于一身。
- 14、和《完全自杀手册》有异曲同工之妙。而且他还描述了当外星人入侵的时候如何自救
- 15、人要害怕、预计这所有的灾难就让生活变得无法继续了，生死有命富贵在天；不过里面一些野外生存和救援的知识还是挺好
- 16、非常实用，而且有趣。
后半部分作者假设了各种灾难发生时的情形，并分析其对策。很娱乐，优秀的素材。搬出去住的时候应该多翻一翻，可以培养很好的危机意识。
- 17、似乎，还是不如怀特曼的那本经典阿...资料不够翔实，文笔也不那么有趣
- 18、很实用，2012了，如果突发灾难自救，看了这个至少能保命吧.....要是真人版解说，而不是简笔画似的，那就更好了
- 19、生于忧患。
- 20、雖然年代略遠 但指導意義依然頗強——誰讓這個世界一如往日的 不安全。當然 本書所針對的更多是物理傷害 自然災害等情況下的自救 更多就愛莫能助了 但很好玩的是 居然有經濟危機 恐怖襲擊乃至 外星人入侵等情況之下的 存活方式例舉 嗯...
- 21、在淘宝买的旧书贵死了
- 22、这书写的真全，良心
- 23、很酷很有趣！
- 24、他救不如自救 等救不如自杀

1、第14章 在经济危机下的自救这一章讨论的是如何保存你的财产的问题。为了使你认识到经济危机下生存的重要，我们以一个例子开始，让我们看一看美国加利福尼亚的情况。对于许多人来说，加利福尼亚一直是希望、财富和美国梦的象征。“年轻人。去西部吧，去寻找你的运气。”但是现在情况已迥然不同，加利福尼亚正在遭受经济萧条的摧残，军备缩减已伤害了它最大的工业。二百年来，人们头一次离开加利福尼亚这片阳光之州！15年前，日本投资商在推动加利福尼亚不动产价格方面起到了很大作用，他们投入了几十亿美金。他们支付得起，他们十分富有。然而好景不长，在过去的五年间，日本人已损失了数万亿美元的财富。东京股票市场受到重创，股价暴跌60%，到了1997年仍处在恢复阶段。衰退在日本开始了。现在日本人正在撤出加利福尼亚，而且他们的动作很大。这也可以应用于整个北美大陆。你可能会真的输个精光，如果你在成百上千标价过高的互助基金上投资太多的话。最近许多新的基金像野草一样在空白处突然出现，多过纽约股票交易所中开列的股票……真是篮子比鸡蛋还多。大多数基金的管理者认为那棒极了。但它不可避免会引起一场互助基金灾难。本章虽以美国为例，但在全球经济一体化的今天，其应对策略仍具普适性。——编注这是个简单的经济案例。只要投资者持续购买，大多数互助基金会安然无事。然而，当利率上升，人们将停止向互助基金投资，那将引发一场市场破产风暴，它将与1987年的大萧条相匹敌。为什么？因为一旦基金管理者停止购买，股票价格将下跌。恐慌的投资者将试图抽出他们的钱，基金管理者将不得不倾空本金来偿付。这是一个恶性循环。在许多方面，它类似于存贷款的崩溃，这对不动产投资的影响极大。一旦市场出现疲软，它们会像多米诺骨牌一样跌散。今天我们可以看到深深陷入互助基金贷款恶性循环中的银行，那真是一场可怕的灾难。与此相似，投资于政府债券是个了不起的主意，只要有一个政府来偿还这些债券。投资股票也不错，只要你知道自己在做什么。如果你投资的公司离你很近，而且你了解一些该公司的业务状况，那么会更好些。根据财产的多少，你应以下列方式进行投资：

财产类型	5万美金以下	5万美金以上	易货贸易	30%	10%	金银	10%	25%	银行存款	30%	10%	股票与债券	30%	25%	不动产	-	30%
------	--------	--------	------	-----	-----	----	-----	-----	------	-----	-----	-------	-----	-----	-----	---	-----

上面的表仅供参考，你应制定你自己的投资计划。分析一下你能做什么，然后再决定你是做一名商人、清扫工还是一个庄稼人，使你的财产分配表适合你的能力与资源。照这样做上两遍之后，你会领悟其中的要点。资产分配表并不是刻在石头上一成不变的，你应根据自己所面对的灾难及事件的进展做出相应的调整。不要买的东西：收藏品 收藏品的价值取决于收藏者的多少。在艰难时期，人们更多地是卖出而不是购买。这适用于古币、画和老式汽车等等。惟一例外的是邮票。互助基金 股票及诸如此类的。在通货膨胀年代，最好是购置不动产，因为在萧条时期，不动产更易于出租。政府有声明拥有黄金非法的习惯。在1929年的大萧条之后，这种事情在美国发生过。那时政府将宣布一个特赦期，在此期限内你可以将你的金币兑换成纸币。千万不要上当，藏好你的财产，不要把它们存放在保险柜中。在未来重建自己的生活时，你储备的金银将是你二次创业的支柱。政府最终会发行一种新的货币。惟一完全由黄金做支撑的货币是瑞士法郎。在你的有价证券中，若有可能最好持有的一些瑞士法郎。另一种威胁来自一个国家不能迅速适应变化的全球经济。有些个人和公司会变得自满，甚至会拒绝改变他们的习惯。例如美国的纺织业、俄罗斯的经济结构等。于是在这些领域，市场将用进口产品取代它们。采取保护措施也无济于事。资源是非常重要的。没有进口资源，日本将是一个穷困、拥挤的渔夫之国。丰富的自然资源，赋予了我们力量。然而，任何一个国家并非在所有资源上都是自足的，除非技术的发展能为我们提供替代品，否则每个国家都需要进口。例如，用于肥料的碳酸钾就是从加拿大进口的。第一天这一天已经落在我们头上，一场经济危机正逼近我们。在美国和加拿大，主要的困难是老年人的退休金与医疗问题。而在中国则是人口与就业问题。如果政府试图以放任通货膨胀的加剧来拯救经济，那么所有的债券、抵押单、保险单、贷款与存款将迅速一钱不值。如果政府想紧缩通货以拯救金融机构，经济将会崩溃。做什么：首先确保你可以度过六个月至一年的经济滑坡。这意味着你必须拥有食品、易货贸易用的货物、防卫装备、知识的储备，周围还要有一群志趣相投的人。冒险将资产转成“硬资产”。合理地完成此项工作，以便其不损失太多的价值。此外，确保拥有小的金币和银币用于规模较小的购物。在易货贸易中找零几乎是不可能的。识别在有事情发生时愿意与你站在一起的人，与他们保持友谊。永远不要贴广告征求同道，否则你会发现应征的可能是一个骗子、奸细、或准备掠夺你的人。秘藏起一些物资和武器，以防万一你的储备被夺走。找一些老的配方书，它们可以使你自己配制药剂、油漆、墨水或其他化合物。这将使你拥有一项在事态恶化时可以求助的生意。始终对你的实际地址保密，使

用带邮政信箱的公司名字，或者邮政寄送服务。买二手货。这样省钱，有时还会得到真正的好货。第二天大多数经济灾难通常会有两种事发生——钞票大幅度贬值以及失业。现在是决定何种灾难将发生并为之做出准备的时候了。仔细阅读这些灾难方案，估计哪一种会发生，然后阅读相关章节。通货膨胀想像一下你每月挣一千万美元，但每升汽油要付二百万！有些人会说，那不会在这里发生，有政府在支持货币。我们的货币是以不足黄金价值的2%为支持的。如果这还不构成储备的匮乏，我不知道还有什么可以叫做储备的匮乏。让我告诉你1920年初德国的情形。有一张著名照片，一位主妇在用货币生火。而真正难以置信的是，当一名妇女把一篮子马克留在商店外面，她自己去买东西，一会儿之后她回来时，发现钱仍在原处，篮子却不见了。随着政府债务的堆积，美元正在发生历史性的暴跌，而这只是即将到来的金融危机的影响之一。长期以来美国政府以你的名义迅速积累债务，这些债务将在短时期内还清……但不是以你希望的方式，它们将以滑稽的纸币来偿付，它们是上面有绿墨水黑墨水的纸。最近的经济衰退向美国人发出了一项重要警告。减少你的债务，但是无人理睬。30年中利率已降至最低水平，低利率使得负债变得更容易。尤其对于政府这样的大负债者而言。所以，与还清债务正相反，举债仍在继续。然而，利率不会永远下降，最终它们会开始回升。突然，你认为你可以支付的债务水准一下子变得不可承受。这就是为什么许多美国人的生活一落千丈的原因，对于政府也是如此。当政府强行印刷额外的货币以补偿它的债务时，美元面临崩溃的阶段即已开始。一个天政府用印钱来减少其债务，这已不是头一次，也决不是最后一次，但对成千上万的平民来说，这将是一场噩梦。当货币贬值，股票和债券也将继续螺旋下跌。成千上万的退休金将被一扫而空，互助基金也将遭受最沉重的打击。在这种灾难中“第一天”可以持续一两天到许多年。这取决于你的经济环境。如果你采取稳当的办法，你需要花时间积累物资以安然度过这场风暴。如果你的经济情况较好，现在进行硬资产投资将便你的财产保值。因为最近五千年来，金子和银子一直是保值的。在罗马时代，你能用3千克金子买一座小农场，今天你同样可以做到。虽然金银不生利息，它们却保险。白金适合于有较大资产的更特殊的投资者。拥有宝石不是一项好的投资项目，你以零售价买进，卖的却是批发价，其后果就不用多说了。所有国家，尤其是中国，都在改善他们的生活水准，这将导致更大的食物、商品和服务的消费。全世界的原料储备都很低，这中间的部分原因是多国公司使用的是日本的“刚好及时”的交货体制。这些因素的膨胀是自然的。如果他们需要更多价格较高的铁矿石，日本人会买美国政府的债券吗？总之，通货膨胀期间最不利的投资是：有固定回报的投资，如债券。做一个抵押单持有者，持有期票的借出者。第一天我们现在就已置身其中。在通货膨胀开始时，更多的工人被雇用，所以失业率会降低。初期的这种不正常的安乐感将导致消费的增加。在繁荣时期我们希望出现一些通货膨胀，我们甚至会欢迎它，因为我们能用更便宜的货币付帐单、抵押和贷款。既然伊拉克已被允许再次出售石油，我们便拥有了一次暂时的缓解期，但不会很长。做什么：购买美国(1965年前的)银币或加拿大银币(1967年前版)用于购物时的找零。储备三个月常吃的食物。为你的家人每人准备六个月的谷物和其他大宗食物以及加工工具。学习一项技术、生意或职业，以便你可以用你的服务换回所需物品。第二天在人们认识到通货膨胀仍在继续，而以固定收入为生的人，即年长的公民、福利领受人、以债券或银行利息为生的投资者已被置于不幸的贫困状况时，这个阶段即已开始。最近这种情况已发生在俄国，只是程度稍弱一些。犯罪率将上升，因为大量被推入贫困之中的人试图生存。为克服这个问题，政府会雇用更多的警察，而保安公司将是个看好的业务。这些日子各家公司将把员工暂时解雇，导致失业人数增加。银行和其他信贷机构将提高抵押与贷款的利率以保护本金。史无前例的大量丧失接取权的事将随之发生。做什么：成立一个合作组织或迁往想法一致的人聚集的地方。如果你的合作组织中有许多人失业或就业不充分，你可以成立一个保安公司。锁好你所有的保险柜。用你手中的现钞购置尽可能多的食品和其他必需品，将它们贮藏在安全之处。在这时，你应对你贮藏的物品实行全天候守卫。第三天官僚们最终认识到将所有人赶到街上也解决不了什么问题。政客们将声明延期偿付所有债务及赔偿，并将定量配给食品、汽油及其他物资。黑市将拒绝无用的现钞，直接的易货贸易将成为潮流。如果公共事业公司不得不削减能源生产、天然气或燃料的发放，人们将以社区形式迁移、聚居。做什么：合作组织应成立搜寻小组去收集大宗食品、燃料用纸和其他必需品。集体防御力量必须建立。以使在你外出搜寻物资时，确保你的家安然无恙。如果你拥有房地产，评估它潜在的安全性。由于国家对债务的延期偿付，它的价值已急剧下降。你可能需要搬到一个更安全的地方。当你进行易货贸易时，不要展示你所有的货物。例如，你有16罐蜂蜜，你只应展示一罐或两罐，将其他的藏起来。这样做有两方面的效果，第一。你可以说你的存货很少，所以可以卖个好价钱；第二，它减少了有些人想抢劫你的风险。

《自救书》

2、读者在此书里看到大量无法减轻的灾难、大火、洪水和伤害情形，因而会感到害怕和伤心，而这种心情对于生存是极不利的，故此，容我在结束本书时说这么一段：上述所有建议都是假定，不管是谁，只要面临灾难，都应该深吸一口气，然后下定决心，不惜与人生变数决一死战，最后战胜死亡。生存不一定全都属于强者，还属于又准备的人。

3、前半部分着重描述了在危急状态或者不良环境下的自救，和其他类似读物比较相似，但并不强调是野外生存之类，而是在各种灾难和事故中面对各种环境和需求来讲述的，几乎考虑到一个普通人可能遇到的所有事件。当然也导致很多细节没有表现出来，需要自己再去琢磨。后半部分则详细地陈列了人们生活中可能遇到的各种危机，包括政治经济军事等方面，并非是那种突发的意外事故而是可以有所准备和应对的大环境上的变化。这也是我看过的其他书中都没有见到的题目。连国家被入侵这种事情也考虑到了，甚至最后一章还讲到了应对外星人入侵的操作方法。虽然有些方面因为国家不同而不适用但是确实替读者考虑得相当周全，以至于我一边看一边考虑要不要做贵金属投资--

《自救书》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu111.com