

А.Е. Лестев

(Казань, Казанский Государственный Университет Культуры и Искусств)

Методы психологической подготовки японских воинов

Воины разных народов в битвах испытывают одинаковые трудности: страх, боль, потеря близких, смерть. Целью психологической подготовки является преодоление и контроль возможных негативных реакций человека в стрессовой ситуации.

В «Хагакурэ» есть выражение: «Я постиг, что Путь Самурая — это смерть. В ситуации “или — или” без колебаний выбирай смерть. Это нетрудно», которое часто воспринимается как свидетельство эстетики смерти или даже суицидальности самурайской культуры, хотя практический смысл заключен в преодолении страха смерти. Человек, привыкший к мысли о смерти, в момент опасности не будет смущен этой мыслью, а будет действовать спокойно и согласно ситуации, чем может спасти свою жизнь.

В боевых искусствах существуют эффективные методы психологической подготовки. История этих методов берет свое начало в шаман-

ской традиции японских воинов. В основе традиции лежало достижение экстатического состояния сознания при помощи ритуальных практик и аскетических тренировок. Элементы шаманских традиций сохранились в школах боевых искусств *симбу* — «божественное воинское искусство». Методы психологической подготовки остаются одним из главных секретов традиционных японских боевых искусств. Многогранность боевых искусств Востока позволила этим древним традициям сохраниться до наших дней, сохранить практическое значение и не исчезнуть как воинские традиции Европы. Боевые искусства являются важной частью нематериального культурного наследия Японии. Сочинения японских мастеров боевых искусств остаются малоизученными, хотя их содержание является ценным источником сведений о японской воинской культуре.