

## Психологические аспекты подготовки японских воинов

**А.Е. Лестев\***

Казанский государственный университет культуры и искусств,  
МОО «Центр международных отношений "Евразия"», Казань, Россия  
*antonraben@mail.ru*

В статье рассматриваются психологические аспекты подготовки японских воинов (буси) в школах традиционных боевых искусств и самурайских домах. Для преодоления и предотвращения негативных последствий стрессовых ситуаций в школах боевых искусств разрабатывались специальные методы тренировки, включавшие в себя разнообразные психофизические практики, идеологическое воспитание, выработку у воинов специфического отношения к жизни и смерти, специальные персональные психопрактики. На основании исследования источников, автором сделана попытка выделить основные черты и главные принципы психологической подготовки японских воинов, рассмотрены влияние религиозных учений на психологическую подготовку воинов, процесс эволюции методов от шаманских практик к практикам работы над сознанием, рассмотрена специфика идеологической пропаганды, значение психологических установок и практическое значение «Кодекса бусидо».

**Ключевые слова:** психология, воин, самурай, боевые искусства, подготовка, культура, дзэн, бусидо, экзотическое состояние, эмоциональный шок, страх.

Для решения задач, которые ставятся перед вооруженными силами и силами безопасности всех стран мира, требуется не только хорошая боевая подготовка личного состава, но и его здоровое морально-психологическое состояние и высокий боевой дух. Кроме того, наблюдается огромный разрыв между комфортной гражданской жизнью и суровыми армейскими буднями. По этой причине, командование вооруженных сил и полицейских подразделений постоянно находится в поиске эффективных методов психологической подготовки личного состава. Некоторые подразделения остановили свой взгляд на традиционных методах японских боевых искусств, где психологическая подготовка вплетена в изучение боевого искусства. Японская полиция и силы самообороны включили в подготовку офицеров курсы Айкидо Ёсинкан; Минис-

терство безопасности Франции остановило свой взгляд на Айкибудо, созданное мэтром Аланом Флоке; американская армия постоянно проводит эксперименты и разрабатывает новые программы на основе боевых искусств, среди которых программа «Троянский воин»; а сербский мастер айкидо Любомир Врачаревич лично тренировал гвардию экс-президента Ливии Муамара Каддафи и президента Зимбабве Роберта Мугабе. Безусловно, в наше время система и методы подготовки воинов тличаются от средневековых японских, но боевые искусства, как часть нематериального культурного наследия, сохранили многое в неизменном виде, а многое возможно реконструировать при условии воссоздания похожих условий.

Воины разных народов мира испытывают в битвах одни и те же трудности: страх, боль, потеря близ-

**Для цитаты:**

*Лестев А.Е.* Психологические аспекты подготовки японских воинов // Культурно-историческая психология. 2014. Т. 10. № 3. С. 107–113.

\* *Лестев Антон Евгеньевич*, соискатель ученой степени кандидата наук, Казанский государственный университет культуры и искусств, руководитель исследовательского отдела «Восток», МОО «Центр международных отношений "Евразия"», Казань, Россия, *antonraben@mail.ru*

ких и друзей, смерть. Алан Флоке описывает возможность негативной психологической реакции человека следующим образом: «Опасность вызывает эмоциональный шок, который, найдя благоприятную почву для проявления, частично или полностью подавляет способность к действию» [15, с. 70]. Таким образом, целью психологической подготовки является преодоление и контроль возможных негативных реакций человека в стрессовой ситуации. Помимо этого, целью психологической подготовки японских воинов являлось поддержание дисциплины, морально-нравственного состояния и верности своему господину.

О.Г. Сыропятов выделяет три типа военной психологической подготовки: общую, специальную и целевую [13, с. 92]. Общая психологическая подготовка осуществляется в процессе обучения и воспитания воина и направлена на выработку таких качеств, как мужество, героизм, храбрость. В Японии воспитание воинов было регламентировано военным правительством, также, как и многие другие сферы жизни. В этих правилах, выпускаемых как сёгунатом, так и главами самурайских кланов, содержались морально-этические установки и правила поведения воина.

Японский профессор Кадзусигэ Сингу высказал по этому поводу интересную мысль: «Вовсе не исключено, что именно Сёгун создавал большую часть табу ради гарантии своего политического доминирования. С этой точки зрения, Сёгун периода Эдо был умелым фрейдовским психоаналитиком. И я бы предложил считать такую манипуляцию социальной динамикой своего рода традицией японского правительства» [4, с. 70]. Такая психологическая подготовка была вплетена в воспитание воина, основанного на так называемом «Кодексе бусидо», положение которого описаны в нескольких наиболее известных произведениях японских воинов: «Хагакурэ» Ямамото Цунэтомо, «Будосёсинсю» Тайра Сигэсукэ (Юдзан Дайдодзи) и др.

Понятия о предназначении воина и о соответствующем ему поведении закладывались на уровень «Сверх-Я», отказ от страха смерти вводился в число высших идеалов воина. Одно из наиболее известных выражений: «Я постиг, что Путь Самурая — это смерть. В ситуации “или-или” без колебаний выбери смерть. Это нетрудно» [19, с. 69], воспринимается как свидетельство некоей эстетики смерти или даже суицидальной направленности самурайской культуры, хотя практический смысл заключается в том, что воина учат не бояться смерти [20].

В произведении Тайра Сигэсукэ есть похожий постулат: «Тот, кто собирается стать воином, считает своей главной заботой помнить о смерти все время, каждый день и каждую ночь, начиная с утра наступающего года и до поздней ночи года уходящего» [8, с. 21]; последствием такого отношения к жизни, согласно автору, является укрепление характера и возрастание мужества.

Действительно, человек, привыкший к мысли о смерти в момент опасности не будет смущен этой

мыслью и не впадет в ступор или панику, а будет действовать спокойно и по ситуации, чем может спасти свою жизнь. Таким образом, мы видим, что здесь не идет речь о маниакальном поиске смерти, а приводится лишь вариант психологической установки, помогающий избежать эмоционального шока.

Юкио Мисима в книге «Хагакурэ нюмон» объяснил это следующим образом: «При этом неважно, насколько вынужденной является ситуация — если человек преодолевает ограничения и делает выбор в пользу смерти, он действует свободно» [11, с. 227]. Проявление малодушия и страха будет караться позором и стыдом — самым страшным для японского воина наказанием. Страх позора и стремление к высшим идеалам самурайского кодекса оказываются доминирующими, вытесняя другие страхи.

В современных исследованиях в области массовой военной психологии говорится, что: «На фоне общих боевых успехов, массового боевого энтузиазма даже нерешительные люди проявляют активность и самостоятельность» [5, с. 155], однако «В исследованиях российских, американских, немецких и французских военных специалистов указывается на то, что в бою лишь 20–25% воинов проявляют необходимую активность (ведут прицельный огонь, целесообразно перемещаются на поле боя и т. п.), остальные проявляют активность, лишь находясь на виду у командира. В его отсутствие они прячутся в безопасное место, имитируют выход из боя техники, оружия, психическую или физическую травму, «сопровожают» в тыл раненых сослуживцев» [5, с. 156].

Здесь стоит отметить, что современные американские, европейские и российские военнослужащие не воспитываются с детства в духе идеалов японских самураев, включающих достоинство смерти в бою и отказ от страха смерти. Чувство позора и стыда для японских самураев зачастую было настолько сильным, что единственным выходом для себя они видели добровольную смерть в виде харакири. Один из последних исторических примеров связан с командующим 4-й Квантунской армией генерал-лейтенантом Уэмура Микао, который совершил самоубийство в советском плену; в посмертной записке Уэмура объясняет свой поступок: «Лучше храбро умереть и так извиниться перед империей, чем долго жить и увеличивать позор» [10, с. 70].

Мысль о смерти за господина и о достоинстве смерти в бою служила для японских военачальников хорошим способом контроля своих подчиненных и эффективным методом поддержания боевого духа. Эффективность такой пропаганды была наглядно продемонстрирована во время Второй Мировой Войны, когда японские солдаты в массовом порядке показывали примеры самопожертвования, а летчики-камикадзе шокировали американских специалистов. Для понимания этого феномена ведомство военной информации США заказало исследование японского национального характера, результатом которого стала книга Рут Бенедикт «Хризантема и меч: модели японской культуры». Хотя книга вышла в 1946 г., работу

над ней Рут Бенедикт начала в 1944 г., когда война была еще в разгаре, а американским стратегам срочно требовалась информация о противнике и о его особенностях. Сама причина возникновения этой книги указывает на особую важность понимания психологических аспектов подготовки противника [2]. Не будет преувеличением сказать, что именно особенности воспитания, а также приемы манипуляции общественным сознанием сформировали особенную культуру и социальное поведение японцев, выраженные в духе коллективизма и приоритета общественного мнения над индивидуальным [21, с. 37].

Специальная психологическая подготовка воина меньше связана с воспитанием и более приближена к подготовке для выполнения конкретной задачи [13, с. 92]. К методам специальной подготовки относятся идеомоторные тренировки, изучение основных целей и накопление знаний о различных ситуациях боя, аутотренинг, медитация, психокоррекция, психореабилитация.

Целевая психологическая подготовка проводится к конкретному бою или ситуации и направлена на мобилизацию психики [13, с. 93].

Методы специальной и целевой психологической подготовки разрабатывались в школах боевых искусств, и обучение им являлось обязательной составляющей овладения боевым мастерством. История развития методов психологической подготовки берет свое начало в шаманской и берсеркской традициях японских воинов. В основе этих традиций лежало достижение экстатического состояния сознания при помощи ритуальных практик и аскетических тренировок. Ритмические упражнения с дыханием, аскеза, отшельничество, сновидения, мистический опыт контакта с духами во время ритуалов, применение психоделических препаратов принято рассматривать как традиционные способы вхождения в область бессознательного, распространенные в шаманских традициях разных народов [1, с. 216].

Элементы шаманских и берсеркских традиций сохранились до сегодняшнего дня в таких школах боевых искусств, как Тэнсин Сёдэн Катори Синто рю, Касима Син рю, Касима Синто рю и др. [3]. Главной чертой этих школ является история с обретением божественного откровения и получением наставления от богов-покровителей, в роли которых выступают боги Такэмикадзути-но микото и Фуцунуси-но микото. Одним из главных условий обретения боевого мастерства было достижение экстатического состояния сознания, в котором происходила связь с божеством или духами; достигалось такое состояние при помощи аскетических практик, изнурительных тренировок, молитв и ритуалов.

Русские военные психологи К.М. Вольф, Н.В. Полянский и Г.Е. Шумков, изучая состояние воина в момент атаки, установили, «что она совершается в особом нервном состоянии, которое можно назвать “шоком”. Вместе с тем, шок — это не полная выключенность сознания, потеря чувствительности и заторможенность нервной системы, которые наблю-

даются при тяжелых ранениях и психических травмах, а некоторое чувство, похожее на опьянение, всецело поглощающее существо человека» [5, с. 156].

Шок, описанный русскими психологами, можно сравнить с боевым трансом, которого намеренно пытались достичь в древности воины. Современные исследования говорят о том, что человек в таком состоянии практически неуправляем, не контролирует свое сознание и допускает множество тактических ошибок. В японской традиции наблюдается стремление к установлению контроля над этим состоянием, что выражалось в умении вызывать это состояние намеренно. Именно сочетание психических и физических тренировок позволяло перевести боевое мастерство на уровень подсознания, что исключало возможность неправильных действий при достижении измененного состояния сознания.

Берущие свое начало в мифологических временах традиции были дополнены практиками, проникшего на Японские острова буддизма. Большое распространение, особенно в школах ниндзюцу, получили ритуальные практики и философия буддистской школы Сингон и синкретического учения Сюгэндо (путь обретения чудесных способностей). Специальные ритуалы (своеобразные стойки с оружием, молитвы, начертание знаков в воздухе, специальные звуки), связанные с призывом божества или духов, выступают в качестве первых способов аутотренинга. Данный метод применялся как для специальной подготовки, так и для целевой подготовки воина, например призыв божества на помощь перед битвой, ритуал для обретения невидимости у ниндзя перед проникновением на вражескую территорию и многие другие.

Однако только после того как дзэн-буддизм получил значительное распространение среди самураев, психологические методы тренировки воинов смогли освободиться от ритуальности и религиозных элементов. Дзэн не требует от последователей религиозности и поклонения статуям, повторения молитв или других религиозно-культурных действий, дзэн предлагает практику работы над своим сознанием, путь очищения сознания от «болезней», таких как страх, алчность, ненависть, злость и др. [8].

Доктор Т. Судзуки описывает влияние дзэн на практику традиционных искусств таким образом: «Одной из важнейших особенностей стрельбы из лука и прочих искусств, которые практикуются в Японии и, вероятно, в других странах Дальнего Востока, является то, что они не служат практическим целям, равно как и не предназначены для чисто эстетического наслаждения. Занятия подобными искусствами представляют собой работу над сознанием; цель же этой работы — достижение пределов реальности. И поэтому стрелок из лука упражняется в своем искусстве не только для того, чтобы попасть в мишень; фехтовальщик на мечах — не только для того, чтобы повергнуть противника; танцор — не только ради ритмичных движений своего тела. Все они, прежде всего, стремятся привести сознание в гармонию с бессознательным» [17, с. 13].

Немецкий философ Е. Херригель пишет: «Традиционно японец чтит стрельбу из лука как искусство и завет предков, подразумевая под ней вовсе не вид спорта, а, как бы странно это ни звучало, культовое событие. Таким образом, он понимает под “искусством” стрельбы из лука не спортивное умение, приобретаемое благодаря преимущественно физическому упражнению, а умение, чей исток надлежит искать в духовных упражнениях и сама цель которого состоит в поражении духовной цели: можно сказать, что стрелок целится в самого себя, и не исключено, что ему удастся попасть» [17, с. 19].

На примере этих цитат становится понятно, что дзэн для боевых искусств есть метод достижения духовного совершенства, способ достичь гармонии с собой. Подробнее о точках соприкосновения между психоанализом и дзэн-буддизмом можно прочитать в статье Эриха Фромма «Дзэн-буддизм и психоанализ» [16]. Я же приведу здесь пример индивидуального использования дзэна для преодоления психологических проблем.

Один из величайших мастеров меча и государственный деятель эпохи Мэйдзи Тэссю Ямаока писал об одном из своих учителей: «Асари не был похож ни на одного мастера меча, с которым я когда-либо встречался, — он был податливый снаружи и твердый как алмаз внутри. Его огромная духовная сосредоточенность позволяла ему одержать победу над соперником прежде, чем тот что-либо предпримет» [12, с. 194]. Образ непобедимого мастера еще много лет всплывал перед глазами Тэссю, оказавшись для него серьезным психологическим препятствием: «Каждый день после тренировок с разными мастерами меча мне виделось, что Асари стоит передо мною как гора. И невозможно было ни нанести ответный удар, ни прогнать это видение» [12, с. 195].

Страх перед учителем, страх поражения превратился в фобию, психическое расстройство, сопровождаемое даже галлюцинациями. Впоследствии, в результате тяжелых и многолетних тренировок и аскетических дзэнских практик, Тэссю удалось избавиться от этого гнетущего образа, и он достиг состояния «без врага», когда мастер Асари перестал подавлять его психологически. Во время медитации Тэссю понял, что страх перед учителем прошел. Когда Тэссю предстал перед учителем, тот лишь подтвердил, что разум Тэссю освободился от страха.

Безусловно, воины тоже практиковали сидячую медитацию, но тратить на нее столько же времени как монахи они не могли, поэтому сама практика боевых искусств должна была становиться практикой дзэн. Медитацию принято трактовать как один из способов выхода в бессознательное [1, с. 215], в данном случае мы видим, что она применялась как метод психокоррекции и психореабилитации. Среди последователей дзэн — огромное количество известных мастеров боевых искусств, в их числе Ягю Мунэнори, Миямото Мусаси, Ямаока Тэссю и многие другие.

Теперь перейдем к рассмотрению цели психологической подготовки японских воинов. Русский психо-

лог Г.Е. Шумков писал, что душевное состояние воинов в ожидании боя есть состояние тревожного ожидания, которое характеризуется непрерывным потоком различных мыслей, ослабленностью внимания, неспособностью сосредоточиться на чем-либо, в эмоциональном состоянии отмечаются напряженность, ожидание чего-либо тяжелого, трудного [5, с. 154].

Одной из целей дзэнской практики являлось достижение состояния *мусин* (отсутствия сознания) или не-мысли. Этот термин зачастую воспринимается неправильно. Так, Уинстон Л. Кинг писал, что «Все, абсолютно все должно быть “передано” внутреннему, подсознательно-бессознательному «я» [7, с. 211].

Как мне видится, *мусин* — это как раз освобождение сознания от ненужных мыслей и тревог, от мусора, который его засоряет. Теорию о надлежащем состоянии сознания развивал в своих сочинениях дзэнский наставник Такуан Сохо, который являлся наставником известного мастера Ягю Мунэнори, и, возможно, Миямото Мусаси. Именно в его сочинении появляется термин «*фудосин*» — непоколебимый дух, который становится впоследствии одним из ключевых принципов многих школ. «Видеть перед собой что-то и не позволять вниманию фокусироваться на нем — вот что такое непоколебимость. Ведь как только ум остановился, рождаются мысли, и в сознании воцаряется хаос. Когда хаос рассеивается, и мысли исчезают, остановившийся ум приходит в движение, но при этом пребывает в покое» [14, с. 21] — писал Такуан.

Смысл этой фразы можно описать следующим образом: если воин в поединке будет постоянно думать об опасности и о том, как ее избежать, его сознание будет захвачено этой мыслью и он не сможет действовать свободно. Состояние *фудосин* — непоколебимого духа (или ума) — это такое состояние, когда никакие внешние факторы или уловки не могут смутить воина, он сконцентрирован на задаче, но при этом свободно контролирует обстановку вокруг. При этом Ягю Мунэнори в своем сочинении поясняет, что *фудосин* — это обычное состояние сознания, такое состояние, когда человек не испытывает страха [18]. В обычных обстоятельствах отсутствие страха является обычным состоянием сознания, но в критической ситуации сохранение такого сознания требует специальной подготовки. Воин должен сохранять свободу действий, какими бы ни были обстоятельства.

Ягю Мунэнори пишет: «Самое главное — быть психически готовым к любой, даже самой критической ситуации» [18, с. 73], при этом нельзя фиксировать взгляд на одной точке, останавливать сознание в одном месте и терять бдительность. Логическим продолжением понятия *фудосин* является понятие «*дзэнсин*» — непрерывающийся ум. *Дзэнсин* характеризует концентрацию на текущем моменте и следование развитию событий. Обычно в боевых искусствах на практике понятие *дзэнсин* выражается в сохранении концентрации на сопернике и готовности продолжить бой даже после того, как он был повержен. Например, после удачного технического дейст-

вия, в результате которого противник был сражен ударом или брошен на землю, боец не бросается праздновать победу или полностью расслабляется, а продолжает наблюдать за противником, готовый продолжить бой в случае необходимости. Дзэн учит осознанности действия, отслеживанию непроизвольных реакций своего разума во время тренировок, выявлению и устранению их причин.

Еще одним важным аспектом психологической подготовки воинов являлось умение воздействовать на психологическое состояние противника, подавлять его, вызывать у него страх. Для устрашения воины заказывали себе устрашающие маски, напоминающие злых духов, выкрикивали перед боем свои титулы и список тех, кого они уже победили или учеником какого известного мастера или школы они являются. В поединке же часто применялся резкий выкрик, который принято называть «киай». Даже сегодня некоторые мастера демонстрируют, как от такого выкрика неподготовленные люди теряют ощущение пространства, впадают в ступор, лишаясь возможности атаковать и защититься, или же просто начинают бояться что-либо предпринять. Японский мастер Киба Косиро писал про «киай» следующее: «Киай может иметь огромное воздействие. Сосредоточьтесь и выкрикните «киай», мгновенно вызывая в себе прилив физической силы и храбрости и понижая силу и храбрость противника; в этом случае Вы сможете нокаутировать противника» [6, с. 40].

Таким образом, мы видим, что главным элементом традиционных японских боевых искусств является психологическая подготовка воина. Многогранность боевых искусств Востока позволила этим древним традициям сохраниться до наших дней в своем практическом значении и не исчезнуть как

многие воинские традиции Европы. Боевые искусства являются огромным пластом нематериального культурного наследия Японии. Сочинения японских мастеров боевых искусств до сих пор остаются малоизученными, хотя их содержание является поистине ценным источником сведений о психологии, стратегии и культуре японских воинов в целом.

Сегодня боевыми искусствами занимается огромное количество людей во всем мире, безусловно, уровень подготовки и боевой эффективности большинства занимающихся не позволяет их сравнивать с боевой подготовкой японских самураев, но для общества и гражданской жизни важны другие качества. Люди, занимающиеся боевыми искусствами показывают большую психологическую устойчивость к стрессовым ситуациям, быстрее реагируют на изменяющуюся обстановку и не выказывают признаков паники или депрессии. При этом, естественно, наличие польза от физической нагрузки. Для армии и специальных сил безопасности методы боевых искусств также способны сыграть огромную роль, как в физической, так и в психологической подготовке бойцов. При этом интенсивность занятий и жесткость должны значительно отличаться от гражданских секций. Российская армия и офицеры периодически сталкиваются с проблемой неподчинения и девиантного поведения солдат, призываемых из некоторых регионов страны. Специальная подготовка офицеров в области боевых искусств или наличие офицера-наставника, владеющего боевыми искусствами, могли бы помочь в исправлении подобной ситуации. Стоит отметить, что многие специальные подразделения МВД РФ и Вооруженных сил РФ включили в подготовку бойцов элементы восточных боевых искусств и успешно их применяют.

### Литература

1. Альбедиль М.Ф. Зеркало традиций: Человек в духовных традициях Востока. СПб.: «Азбука-классика»; «Петербургское востоковедение», 2003. 288 с.
2. Бенедикт Р. Хризантема и меч: модели японской культуры. СПб.: Наука, 2007. — 360 с.
3. Горбылев А.М. Синтоистская традиция воинских искусств // Синто — путь японских богов: в 2 т. Т. 1. Очерки по истории синто. СПб.: Гиперион, 2002. С. 601—624.
4. Кадзусигэ С. Фрейд, Лакан и Япония // Лакан в Японии. СПб.: Алетейя, 2012. С. 89—101.
5. Караяни А.Г., Сыромятников И.В. Прикладная военная психология. СПб.: Питер, 2006. 369 с.
6. Киба К. Кукисин рю будзюцу со:сё. Харьков: «НТМТ», 2013. 180 с.
7. Кинг У.Л. Дзэн и путь меча. Опыт постижения психологии самурая. СПб.: Евразия, 2002. — 320 с.
8. Клири Т. Кодекс самурая: современный перевод «Бусидо Сёсинсю» Тайра Сигэсукэ. М.: АСТ: Астрель, 2007. 122 с.
9. Клири Т. Японское искусство войны. Постигание стратегии. СПб.: Евразия, 2012. 224 с.

10. Круглов С. Письмо министра внутренних дел СССР главе советского правительства о факте самоубийства военнопленного — бывшего командующего 4-й Квантунской армией // Японские военнопленные в СССР: 1945—1956: сб. документов / Сост. В.А. Гаврилов, Е.Л. Катасонова. М.: МФД, 2013. С. 70—71.
11. Мисима Ю. Хагакурэ Нюмон // Книга Самурая. М.; СПб.: Евразия; Книжный Клуб 36.6, 2008. С. 193—271.
12. Стивенс Д. Меч Без-Меча. Жизнь мастера боевых искусств Тэсю. СПб.: Евразия, 2012. 256 с.
13. Сыромятов О.Г. Медико-психологическое сопровождение специальных операций. К.: О.Т. Ростунов, 2013. 292 с.
14. Такуан С. Письма мастера дзэн мастеру фехтования // Книга Самурая. М-СПб.: Евразия; Книжный Клуб 36.6, 2008. С. 5—79.
15. Флоке А. Самозащита. Практическое руководство для самостоятельного изучения. М.: «ФАИР-ПРЕСС», 1998. 320 с.
16. Фромм Э. Дзэн-буддизм и психоанализ. М.: АСТ, 2011. 160 с.
17. Херригель Е. Дзэн и искусство стрельбы из лука. Путь дзэн. СПб.: Наука, 2005. 264 с.

18. Яю М. Хэйхо кадэн сё (Книга о семейной традиции искусства фехтования мечом) // Научно-методический сборник «Хидэн» (боевые искусства и рукопашный бой). Выпуск 5. М.: А.М. Горбылев, 2010. С. 4–174.  
19. Ямамото Ц. Хагакурэ // Книга Самурая. М.; СПб.: Евразия; Книжный Клуб 36.6, 2008. С. 63–193.

20. Кодекс Бусидо Хагакурэ. Сокрытое в листе / Авт.-сост. Ц.Ямамото — М.: Эксмо, 2007. С. 19–267.  
21. *Raevskiy A.E.* Psychological aspects of the Aum Shinrikyo affair // *Psychology in Russia: State of the Art*. 2014. № 7(1). P. 34–39.

## Psychological Aspects of Training in Japanese Warriors

A.Ye. Lestev\*

Kazan State University of Culture and Arts, Center for International Relations, Kazan, Russia  
*antonraben@mail.ru*

The paper focuses on psychological aspects in the training of Japanese warriors (bushi) at martial arts academies and in samurai families. To prevent and overcome the negative consequences of stressful situations, the martial arts academies developed special training methods that involved various psychophysical practices, ideological instruction, cultivation of specific attitudes to life and death, different individual psychopractices. Basing on the source analysis, the author attempts to highlight the main features and key principles of the psychological training of the warriors; reviews the influence of religions on such training and the evolution of its methods — from shamanic practices to practices of working with consciousness; and, finally, analyses the specifics of ideological propaganda, the meaning of psychological attitudes and the practical applications of the "Bushido code".

**Keywords:** psychology, warrior, samurai, martial arts, training, cultural, Zen, bushido, ecstatic state, emotional shock, fear.

### References

1. Al'bedil' M. F. Zerkalo traditsii: Chelovek v dukhovnykh traditsiiakh Vostoka [Mirror of traditions: The man in the spiritual traditions of the East]. Saint-Petersburg: "Azбука-klassika"; "Peterburgskoe vostokovedenie", 2003. 288 p.
2. Benedikt R. Khrizantema i mech: modeli iaponskoi kul'tury [Chrysanthemum and the Sword: Patterns of Japanese culture]. Saint-Petersburg: Nauka, 2007. 360 p.
3. Gorbylev A.M. Sintoistskaia traditsiia voinskikh iskusstv [Shinto tradition of martial arts]. Sinto — put' iaponskikh bogov [Shinto — the way of Japanese gods]: v 2 t. T. 1. *Ocherki po istorii sinto* [Essays on the history of Shinto]. Saint-Petersburg: Giperion, 2002. pp. 601–624.
4. Kadzusage S. Freid, Lakan i Iaponiia [Freud, Lacan and Japan]. *Lakan v Iaponii* [Lacan in Japan]. Saint-Petersburg: Aleteiia, 2012. pp. 89–101 (In Russ.).
5. Karaiani A. G., Syromiatnikov I. V. Prikladnaia voennnaia psikhologiya [Applied military psychology]. Saint-Petersburg: Piter, 2006. 369 p.
6. Kiba K. Kukisin riu budziitsu so:se. Kharkiv: "NTMT", 2013. 180 p.
7. King U. L. Dzen i put' mecha. Opyt postizheniia psikhologii samuraia [Zen and the way of the sword. Experience of comprehension psychology samurai]. Saint-Petersburg: Evraziya, 2002. 320 p.
8. Kliri T. Kodeks samuraia: sovremennyi perevod "Busido Sesinsiu" Taira Sigesuke [Code of samurai: a modern translation of "Bushido Sesinsyu" Tyra Sigesuke]. Moscow: AST: Astrel', 2007. 122 p.
9. Kliri T. Iaponskoe iskusstvo voiny. Postizhenie strategii [Japanese art of war. Learning strategy]. Saint-Petersburg: EVRAZIIA, 2012. 224 p.
10. Kruglov S. Pis'mo ministra vnutrennikh del SSSR glave sovetskogo pravitel'stva o fakte samoubiistva voennoplenного — byvshego komanduiushchego 4-i Kvantunskoi armiei [Letter from Minister of Internal Affairs of the USSR led the Soviet government of the fact prisoner suicide — the former commander of the 4th Kwantung Army]. In Gavrilov V.A., Katasonova E.L. (eds.) *Iaponskie voennoplennye v SSSR: 1945–1956. Sbornik dokumentov* [Japanese prisoners of war in the USSR: 1945–1956. Collection of documents]. Moscow: MFD, 2013. pp. 70–71.
11. Misima Iu. Khagakure Niumon [Hagakure Nyumon]. Kniga Samuraia [Book of the Samurai]. Moscow— Saint-Petersburg: Evraziia; Knizhnyi Klub 36.6, 2008. pp. 193–271.

#### For citation:

Lestev A.Ye. Psychological Aspects of Training in Japanese Warriors. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya = Cultural-historical psychology*, 2014. Vol. 10, no. 3, pp. 107–113. (In Russ., abstr. in Engl.).

\* *Lestev Anton Evgen'evich*, PhD seeking applicant (Kazan State University of Culture and Arts), head of the "Vostok" Research Department at the "Eurasia" Center for International Relations, Kazan, Russia, *antonraben@mail.ru*

12. Stivens D. Mech Bez-Mecha. Zhizn' мастера boevykh iskusstv Tesshu [No — Sword of Might. Life of martial master Tesshu]. Saint-Petersburg: EVRAZIYa, 2012. 256 p.

13. Syropiatov O.G. Mediko-psikhologicheskoe sopro-vozhdenie spetsial'nykh operatsii [Medical and psychological support of special operations]. Kiev: O.T. Rostunov, 2013. 292 p.

14. Takuan S. Pis'ma мастера dzen masteru fekhтования [Letters of Zen master for fencing master]. Kniga Samuraia [Book of the Samurai]. Moscow— Saint-Petersburg: Evraziia; Knizhnyi Klub 36.6, 2008. pp. 5—79.

15. Floke A. Samozashchita. Prakticheskoe rukovodstvo dlia samostoiatel'nogo izucheniia [Self-defense. A practical guide for self-study]. Moscow: "FAIR-PRESS", 1998. 320 p.

16. Fromm E. Dzen-buddizm i psikhoanaliz [Zen Buddhism and psychoanalysis]. Moscow: AST, 2011. 160 p.

17. Kherrigel' E. Dzen i iskusstvo strel'by iz luka. Put' dzen [Zen and the Art of Archery. The Way of Zen]. Saint-Petersburg: Nauka, 2005. 264 p.

18. Iagiu M. Kheikho kaden se (Kniga o semeinoi traditsii iskusstva fekhтования mechom [Heiho Kaden sho (A book about the family tradition of swordsmanship sword)]. *Nauchno-metodicheskii sbornik "Khiden"* (boevye iskusstva i rukopashnyi boi [Scientific and methodical collection "hiden" (martial arts and hand to hand combat)]. Issue no. 5. Moscow: A.M. Gorbylev, 2010. pp. 4—174.

19. Iamamoto Ts. Khagakure [Hagakure]. Kniga Samuraia [Book of the Samurai]. Moscow— Saint-Petersburg: Evraziia; Knizhnyi Klub 36.6, 2008. pp. 63—193.

20. Iamamoto Ts. Khagakure. Sokrytoe v listve [Hagakure. Hidden in the foliage]. *Khagakure — Kodeks Busido* [Hagakure — Code of Bushido]. Moscow: Eksmo, 2007, pp. 19—267.

21. Raevskiy A.E. Psychological aspects of the Aum Shinrikyo affair. Psychology in Russia: *State of the Art*, 2014, no. 7(1), pp. 34—39.