

# I Naikan aus religionswissenschaftlicher Perspektive (Lukas Pokorny)

## 1 Naikan und sein religionshistorischer Entstehungskontext

Naikan in seinen zahlreichen gegenwärtigen Spielarten ist *eine* Kristallisierung buddhistisch-soteriologischer Praxis, deren weltanschauliche Klammer ursprünglich die amidistische Tradition der *Jōdo Shinshū*<sup>1</sup> („Wahre Schule des Reinen Landes“) bildet. Als solche knüpft Naikan in seinem Entstehungskontext an einen rund 2500 Jahre währenden Diskurs an, der mit dem Wirken Siddhārtha Gautamas (5./6. Jhdt. v.u.Z.), des historischen Buddha, seinen Ausgang nahm. Ideengeschichtlich ließe sich Naikan zudem als vorläufiger Schlusspunkt einer „Psychologisierung“<sup>2</sup> amidistischen Gedankenguts fassen, was im gegenständlichen Fall in ein merkliches Verblässen religiöser Konturen mündete.

Im Japanischen – und parallel dazu in vornehmlich englischsprachiger Literatur – ist Naikan häufig ein Definiens beigelegt: *hō* (i.e. *naikanhō*; „Naikan-Methode“), *ryōhō* (i.e. *naikan ryōhō*; „Naikan-Therapie“) oder – beliebt im akademischen Kontext – schlicht *Yoshimoto* (i.e. *Yoshimoto naikan*). Letzteres verweist auf den Schöpfer und wichtigsten Verbreiter des Naikan, Yoshimoto Ishin.<sup>3</sup> Geboren am 25. Mai 1916 als drittes von fünf Kindern in ein *shin*-buddhistisches Elternhaus in Yamatokōriyama, Präfektur Nara, galt Yoshimoto über Jahrzehnte als der Dreh- und Angelpunkt der von ihm in Grundzügen bereits um 1940 entworfenen Praxis. Die erste Zäsur seiner religiösen Sozialisierung ist mit einem tragischen Ereignis verbunden, namentlich dem Tod seiner jüngeren Schwester Chieko im Mai 1925. Die Yoshimotos waren zwar an den örtlichen

---

<sup>1</sup> Anmerkung zu Romanisierung und Form: Die Transkription des Japanischen erfolgt nach der Modifizierten Hepburn-Umschrift. Das Chinesische wird nach *Hanyu Pinyin* wiedergegeben. Dem Usus folgend wird bei chinesischen und japanischen Personennamen der Familienname dem Vornamen vorangestellt. Bei indischen Namen und Begriffen wird die Lesung in Sanskrit verwendet. Die Romanisierung beruht auf dem *International Alphabet of Sanskrit Transliteration* (IAST). Die im Glossar dem Japanischen beigefügten *Kanji* folgen der heutigen Schreibung. Die *Hanzi* entsprechen der klassischen Schreibung. Die Übersetzungen aus dem Chinesischen und Japanischen stammen vom Autor.

<sup>2</sup> Reynolds 1983, 87.

<sup>3</sup> Eigentlich Yoshimoto Inobu. Ishin war Yoshimotos Schriftstellernamen, den dieser in späteren Jahren als Vorname führte. Die biographische Skizze folgt im Umriss Yoshimoto 1997.

*Jōdo Shinshū*-Tempel angeschlossen, doch beschränkten berufliche – Vater Ihachi sorgte durch den Handel mit Düngemittel für einen gewissen Wohlstand – wie elterliche – Mutter Yukie beaufsichtigte vornehmlich Haushalt und Erziehung der Kinder – Pflichten das familiäre Glaubensleben. Der unerwartete Tod der einzigen Tochter schließlich veranlasste besonders Yoshimotos Mutter sich eifrig *shin*-buddhistischer Frömmigkeit zuzuwenden; fortan stets an ihrer Seite der junge Yoshimoto Ishin. Im Jahr 1932 absolvierte dieser mit Blick auf den Familienbetrieb die nahe gelegene Kōriyama Gartenbauschule (*engei gakkō*). Auf Anraten seiner Mutter begann mit Ende seiner schulischen Ausbildung eine durch gründliches Textstudium in einem benachbarten Tempel intensivierte Auseinandersetzung mit den Lehren der *Jōdo Shinshū*. Beruflich zog es Yoshimoto vorerst in die elterliche Wirtschaft, abends musste er sich zudem als Kalligraphielehrer verdingen. Bald wagte er auch unternehmerisch erste eigene Schritte mit der Eröffnung einer kleinen Kalligraphieschule. 1934 lernte er über familiäre Verflechtungen Morikawa (später Yoshimoto) Kinuko (1920–2000) kennen,<sup>4</sup> die er drei Jahre später, im Mai 1937, heiraten sollte. Durch ihren Großvater, Morikawa Zenkichi, wurde Yoshimoto auf eine außergewöhnlich strenge Kultivierungspraxis aufmerksam, die von einer kleinen *shin*-buddhistischen Gruppe in Fuse, Ōsaka, gepflegt wurde. Gegründet von einem früheren *Nishi Honganji*<sup>5</sup>-Priester, Nishimoto Taikan, verschrieben sich die Anhänger der *Taikan-an* („Klaue der Tiefen Einsicht“) einer speziellen Übung, genannt *mishirabe* (wörtlich: „sich selbst erforschen“), die vermittels extremer Askese beförderter Selbstschau die eigene Befreiung (*gedatsu*; Sanskrit: *mokṣa*) realisieren und mithin das klare Bewusstsein einer Errettung durch Buddha Amida (Sanskrit: *Amitābha*) festigen sollte. *Mishirabe* wie auch *Taikan-an* ist Teil der esoterischen Tradition innerhalb des japanischen Reinen Land-Buddhismus, der nur zögerlich, einsetzend mit Beginn der Meiji-Zeit (*Meiji jidai*; 1868–1912), ein gewisses Maß an Akzeptanz von Seiten etablierter Gemeinschaften bezeigt wurde. Ob *mishirabe* von Nishimoto eingeführt wurde oder aber sich in einer längeren Transmissionslinie befand, ist nicht gesichert.<sup>6</sup> Fest steht, dass Nishimotos Schüler Komatani Teishin (gest. 1945) nach Ableben der Gründerwitwe, *Taikan-an*

<sup>4</sup> Kinukos Vater war der Bruder der Ehefrau eines älteren Bruders Yoshimotos.

<sup>5</sup> *Nishi Honganji* („Westlicher Tempel des Urgelübdes“) ist der in Kyōto gelegene Haupttempel der *Jōdo Shinshū Honganji-ha*, des größten Flügels innerhalb der *Jōdo Shinshū*.

<sup>6</sup> Letzteres findet sich insbesondere in emischen Darstellungen, wobei auf Nishimotos eigene Schülerschaft unter einem anderen ehemaligen *Nishi Honganji*-Priester, „Meister Chiekō“, verwiesen wird. Die Tradierung des *mishirabe*, ob nun über einen längeren oder kürzeren Zeitraum hinweg, scheint jedenfalls mit der Generation Yoshimotos geendet zu haben.

als dritter Leiter vorstand und Kontakt zur Morikawa-Familie besaß. Über freundschaftliche wie verwandtschaftliche Bande machte Yoshimoto folglich Bekanntschaft mit Komatani und *mishirabe*, dessen Ausübung und spätere Heilserfahrung die zweite große Zäsur in seiner religiösen Entwicklung repräsentiert. Obzwar geschult in Lehrfragen mangelte es dem jungen Yoshimoto an gelebtem religiösen Erfahrungsschatz. Diesen suchte er nun, beeinflusst durch seinen Umgang mit Komatani und Personen in dessen Zirkel, mit Hilfe von *mishirabe* zu erlangen. Im Oktober 1936 unterzog er sich zum ersten Mal der herausfordernden Selbstsuche, doch zwangen ihn die rigorosen Entbehrenungen der Übung – Nahrungs-, Wasser- und Schlafentzug – am dritten Tag zur Aufgabe. Zwei Monate später folgte der nächste Versuch. Diesmal zog er sich in das ermutigende Ambiente des Tempels in Fuse zurück, doch am sechsten Tag scheiterte er auch dort. Erstmals gereift sein soll in jenen Tagen der Reflexion allerdings der Gedanke, diesen Prozess einer konzentrierten Innenschau in entsprechender Form speziell im Rahmen der Rehabilitationstätigkeit von Delinquenten (*jukeisha*) umzusetzen. Bereits im Jänner 1937 unternahm Yoshimoto einen dritten Anlauf. Auf Anraten Komatanis, der seines Schülers intellektuelles Anhaften mahnte, begab er sich in die Zurückgezogenheit der nahe gelegenen *Yata*-Berge und ließ sich in einer einsamen Höhle nieder. Am Morgen des vierten Tages musste er sich abermals den physischen Strapazen des *mishirabe* beugen. Die wiederholte körperliche Marter, der sich Yoshimoto scheinbar vergebens hingab und der trotz allem ungebrochene Wille sein Bemühen fortzusetzen, alarmierte den Vater, der seinen Sohn in der Folge unter Hausarrest setzte. Nach seiner Eheschließung mit Kinuko errichteten die beiden einen eigenen Hausstand in Ōsaka, wo Yoshimoto Arbeit in einer Dünngemittelfirma aufnahm. Der Umzug verschaffte ihm ferner die Möglichkeit sich unbehelligt ein weiteres Mal *mishirabe* zu stellen, ermutigt durch seine Frau, der es erst einige Zeit zuvor gelungen war ihrerseits *mishirabe* zu meistern. Am 8. November 1937 begann Yoshimotos vierter Versuch in einem Raum, den Kinukos Verwandte in einem Privathaus zur Verfügung stellten. Nach vier Tagen, am 12. November um 20 Uhr abends, bereits in völliger Erschöpfung begriffen, soll Yoshimoto letztlich das Heilsbewusstsein erreicht haben. Damit einher ging zudem das fortan tiefe Bedürfnis diese Erfahrung klarster Hellsicht auch anderen Menschen zugänglich zu machen. Yoshimoto wurde enger Vertrauter Komatanis und engagierte sich in der Verbreitung der Lehren *Taikan-ans* sowie der Unterstützung und Aufsicht jener, die *mishirabe* praktizierten. Wilens Yoshimotos Einsatz für *Taikan-an* zu unterbinden, holte sein Vater ihn im Februar 1938 zurück in das familiäre Unternehmen. Nur einen Monat später brachte Kinuko das erste gemeinsame Kind, eine Tochter, zur Welt. Es sollten drei Söhne und eine weitere Tochter folgen. Der

Aufenthalt im heimatlichen Yamatokōriyama währte nur kurz. Schon im Mai siedelte die Familie erneut nach Ōsaka wo Yoshimoto einen Großhandel mit Lederkleidung eröffnete. Der große Erfolg der (ab 1940) „Morikawa Industrie GmbH“ (*Morikawa sangyō yūgengai*) bis zu seinem beruflichen Rückzug 1953, sicherte den Yoshimotos zeitlebens eine wirtschaftliche Existenzgrundlage. Tagsüber widmete sich Yoshimoto dem Unternehmen, derweil die Abende für seine religiöse Tätigkeit in Verbindung mit *Taikan-an* reserviert waren. In der Tat verzeichnete *Taikan-an* einen merklichen Zuwachs an Praktizierenden, mit dem allmählich aber auch doktrinelles wie praxisbezogenes Uneinigkeit erwachte, die die Anhängerschaft grob in zwei Lager teilte. Einerseits, die konservative Faktion, Yoshimoto eingeschlossen, die die Notwendigkeit der Aufrechterhaltung des eigenen Heilsbewusstseins – durch regelmäßige Innenschau – betonte und sich überdies sparsamer in der Anerkennung der Heilerlebnisse der *byōnin* zeigte.<sup>7</sup> Andererseits, jene Gläubigen, die die irreversible Einmaligkeit des erlangten Heilsbewusstseins propagierten und *mishirabe* in schnelllebiger Form zu popularisieren trachteten. Das so erwachsene Klima an Widerspruch schwächte jedoch die gesamte Gruppe. Zwar war letzterer Zugang attraktiver, doch konnte in den meisten Fällen keine nachhaltige Bindung und Heilskontinuität hergestellt werden. Der Kreis rund um Komatani und Yoshimoto hingegen sah sich angesichts des vergleichsweise anspruchsvollen Praxisverständnisses mit einem stark geminderten Interesse konfrontiert. Vor diesem Hintergrund soll Yoshimoto in Konsultation mit Komatani bereits ab dem Sommer 1940 erste Schritte zu einer Modifikation von *mishirabe* gesetzt haben, mit der er zunächst zweierlei zu verschränken beabsichtigte. Zum einen die Wichtigkeit regelmäßiger Introspektion, zum anderen ein wirkungsvolles Reflexionsregime, das ohne die für viele wohl unüberwindbare Kasteiung in Form von Nahrungs-, Wasser- und Schlafverzicht auskommen musste. Yoshimotos Überlegungen mündeten ein Jahr später in *naikanhō* („Naikan-Methode“),<sup>8</sup> das bereits wesentlich die Struktur und das Kolorit späterer Naikan-Praxis<sup>9</sup> aufwies. Zwei zentrale Aspekte,

---

<sup>7</sup> *Byōnin*, zu Deutsch „Kranker“, war die Bezeichnung innerhalb *Taikan-ans* für jene Person, die sich *mishirabe* unterzog.

<sup>8</sup> Der Einfluss auf Yoshimotos Namenswahl wird unterschiedlich verortet. So soll beispielsweise das in den 1930er Jahren mehrfach aufgelegte *Naikan no hō* (*Die Naikan-Methode*) des bekannten Medizinhistorikers Fujikawa Yū (1865–1940) als Inspirationsquelle gedient haben. Fujikawa war selbst Anhänger der *Jōdo Shinshū* und betonte in seinem Buch die Wichtigkeit einer regelmäßigen (wenn auch methodisch von ihm nicht näher erläuterten) Innenschau zur Vertiefung persönlicher Frömmigkeit (vgl. Satō 1972).

<sup>9</sup> Naikan hat im Grunde nie eine eigentliche Standardisierung erfahren. Gegen eine solche hatte sich Yoshimoto stets ausgesprochen, da er die Adaptabilität

die Yoshimoto noch einbringen sollte waren zunächst die Tilgung explizit religiöser Bezüglichkeit in Terminologie und Kontext; hiernach die Artikulation dreier Leitthemen (*tēma*),<sup>10</sup> die als Mittel zur Gliederung und Stimulans der Selbsterkundung dienen. Erstmals in größerem Rahmen brachte Yoshimoto Naikan in den Weltkriegsjahren unter seinen Mitarbeiterinnen zum Einsatz – ab 1944 wurde mit diesen siebentägiges intensives Naikan (*shūchū naikan*) praktiziert. Die amerikanischen Luftangriffe im Folgejahr beschädigten nicht nur das Betriebsgebäude seines Handelsunternehmens schwer (März),<sup>11</sup> sondern kosteten auch seinem Lehrer, Komatani Teishin, knapp einen Monat (30. Juli) vor der Kapitulation Japans (2. September), das Leben. In den Nachkriegsjahren war Yoshimoto beruflich erfolgreicher denn je; seine Firma expandierte rasant und umfasste bald ein Dutzend Niederlassungen, in deren Räumlichkeiten auch Naikan in kleinerem Rahmen angeboten wurde. 1949 erkrankte er an Tuberkulose, die ihn bis zum Sommer 1953 größtenteils ans Bett fesselte. Mit seiner Genesung beendete Yoshimoto auch seine berufliche Karriere und widmete sich forthin gänzlich der Förderung und Begleitung des Naikan. Dazu eröffnete er in seiner Heimatstadt Yamatokōriyama das *Naikan dōjō*,<sup>12</sup> das er im August 1955 unter dem

---

der Methode nicht gefährdet sehen wollte. Vielmehr verläuft die Praxis, so sie möglichst „authentisch“ sein soll, d.h. in Anlehnung an die Gestaltung, die Naikan in Yoshimotos eigenem Zentrum fand, nach einem dort vor allem ab den späten 1960er Jahren bewährten Muster. Aus Sorge vor einer „Verwässerung“ respektive der Zunahme an „Variationen“ (*henpō*) des Naikan hat sich in Anschluss an Yoshimotos Tod allerdings eine Diskussion eingestellt, die um die Bewahrung und Fortführung der „originalen Naikan-Methode“ (*naikan genpō*) bemüht ist (vgl. Ozawa-de Silva 2006, 149-152).

10 Diese von Yoshimoto im Jahr 1968 fixierten Themen lauten „was man [von einer anderen Person] erhalten hat“ (*shite moratta koto*), „was man [dieser Person] zurückgegeben hat“ (*shite kaeshita koto*) und „welche Unannehmlichkeiten man [dieser Person] bereitet hat“ (*meiwaku kaketa koto*). Für einen Überblick zur Naikan-Praxis, siehe Sasano 1998.

11 Die Yoshimotos suchten daraufhin für die nächsten Monate Zuflucht in Yamatokōriyama, wo er seine Bemühung um die Verbreitung des Naikan fortsetzte. In diese Zeit fällt die Publikation seiner Schrift *Hansei (naikan)*, zu Deutsch *Selbstreflexion (Naikan)*. Kurz darauf, im Dezember 1945, erschien sein frühes Selbstzeugnis *Shinzen shingo (Vor dem Glauben, nach dem Glauben; Yoshimoto 1945)*. Bereits zwei Jahre zuvor verfasste er eine kurze religiöse Abhandlung *shin-buddhistischer Prägung mit dem Titel Hōmidō shirube (Ein Wegweiser zum Geschmack des Dharma; Yoshimoto 1943)*. 1947 veröffentlichte er das *Kyūsei shinpō (Die Wahre Methode der Erlösung)*. Zahlreiche weitere einschlägige Publikationen zu Naikan folgten ab Mitte der 1950er Jahre (siehe beispielsweise Yoshimoto 1997 [1965]; 1977; 1983).

12 Wie in anderen japanisch-buddhistischen Traditionen ist der Begriff *dōjō* ebenso in der *Jōdo Shinshū* gebräuchlich und verweist dort seit frühester Zeit

„Gesetz betreffend religiöse Körperschaften“ (*shūkyō hōjinhō*) als mit dem Kibe-Flügel (*Shinshū Kibe-ha*) der *Jōdo Shinshū* affilierten „Naikan-Tempel“ (*Naikanji*) registrieren ließ.<sup>13</sup> Schon um 1950 wurde Yoshimoto als Mönch in der Tradition der *Shinshū Kibe-ha* zertifiziert.

März 1954 läutete den Siegeszug des Naikan im japanischen Vollzugs-wesen ein. Unter Mitwirkung eines protestantischen Pastors und dessen Frau wurde Yoshimoto eingeladen Naikan in der Jugendstrafanstalt Nara vorzustellen, in der er daraufhin kurzfristig die Stelle eines Gefängnisseelsorgers (*kyōkaishi*) antrat. Ausgedehnte Vortragsreisen durch Japan ab 1957 steigerten die Bekanntheit des Naikan. Entsprechend wuchs der Zustrom an *naikansha* (Naikan-Praktizierende), die bis 1965 unentgeltlich (und späterhin gegen einen geringen Unkostenbeitrag) in Yoshimotos Zentrum begleitet wurden.<sup>14</sup> Bis 1959 förderten landesweit bereits 14 Gefängnisse und fünf Besserungsanstalten Naikan als Rehabilitationsmaßnahme, eine Zahl, die sich binnen drei Jahren (1962)

---

auf einen (zumeist privat geführten und selbstorganisierten) religiösen Versammlungsort (für Laienkongregationen) (vgl. Amstutz 1997, 14; Kleine 2011, 475). Der religiösen Konnotation gewahr, änderte Yoshimoto 1957 den Namen zu *Naikan kyōiku kenshūjo* (Naikan Ausbildungsinstitut) und 1971 schließlich zu *Naikan kenshūjo* (Naikan Institut).

<sup>13</sup> Die Vereinigung *shin*-buddhistischer Religionsgemeinschaften (*Shinshū kyōdan rengō*), gegründet 1969, umfasst zehn Zweige: *Jōdo Shinshū Honganji-ha*, *Shinshū Ōtani-ha* (*Higashi Honganji*), *Shinshū Takada-ha*, *Shinshū Bukkōji-ha*, *Shinshū Kōshō-ha*, *Shinshū Kibe-ha*, *Shinshū Izumoji-ha*, *Shinshū Jōshōji-ha*, *Shinshū Sanmonto-ha* und *Shinshū Yamamoto-ha*. *Shinshū Kibe-ha* hat seinen Haupttempel, *Kinshokuji*, in Yasu (Kibe), Präfäktur Shiga. Die Wurzeln des Tempels reichen in das Jahr 858 zurück als der *Tendai*-Mönch und Abt des *Enryakuji*, Ennin (794–864), ein Schüler des *Tendai*-Gründers Saichō (767–822), zur Bewahrung einer Statue des *Bishamonten* (Sanskrit: *Vaiśravaṇa*) einen kleinen Tempel (*midō*), *Ten'andō*, errichten ließ. 1235 soll der Gründer der *Jōdo Shinshū*, Shinran (1173–1262), im Tempel eingekehrt sein, wo er die zusameneilenden Menschen unterwies und eine Amida-Statue übergab. Diese Episode wird traditionell als Anknüpfung des Tempels an die *Jōdo Shinshū* verstanden und leitete die formale Gründung des *Kinshokuji* rund ein Jahrhundert später ein. Der Einfluss des Tempels stieg konstant und mithin etablierte sich die Wahrnehmung als eigenständiger Flügel innerhalb der *Jōdo Shinshū*. Heute vereint *Shinshū Kibe-ha* etwa 250 Tempel. Eine knappe Zusammenschau von Aufstieg, Fall und Erneuerung der *Kinshokuji-ha* ist nachzulesen bei Dobbins (2002, 117–120).

<sup>14</sup> In Anerkennung seines Beitrags für das Gemeinwesen wurde Yoshimoto bereits frühzeitig (1960) von der japanischen Regierung ein Verdienstorden – die Medaille am Dunkelblauen Band (*konju hōshō*) – verliehen. 1975 erhielt er die Medaille am Blauen Band (*ranju hōshō*) in Würdigung seiner Anstrengungen für Bildung und soziale Wohlfahrt.

verdoppeln sollte.<sup>15</sup> Die frühen 1960er Jahre bedeuteten für Naikan den imposanten Beginn einer Blütezeit mit dem allgemeinen Rezeptionshöhepunkt zwischen den späten 1970er und der Mitte der 1980er Jahre.<sup>16</sup> Die Praxis hielt (mit Unterbrechungen) weiterhin erfolgreich Einzug in zahlreiche Strafanstalten,<sup>17</sup> fand ebenso Eingang in akademische Zirkel, und erfreute sich insbesondere unter MedizinerInnen, PsychologInnen und PädagogInnen regem Interesse. Einschlägige Berichterstattung des japanischen öffentlich-rechtlichen Rundfunks, NHK (*Nippon Hōsō Kyōkai*), die in den späten 1970er und frühen 1980er Jahren auch der Person Yoshimoto eine weitreichende Medienpräsenz verschafften, tat ihr Übriges. 1978 wurde unter der Führung zweier langjähriger *naikansha* – Takemoto Takahiro (geb. 1940) und Miki Yoshihiko (geb. 1941)<sup>18</sup> – die „Naikan Gesellschaft“ (*Naikan Gakkai*; heute: *Nihon Naikan Gakkai* oder „Naikan Gesellschaft Japan“) gegründet, die seitdem alljährlich eine

---

<sup>15</sup> Reynolds 1983, 52.

Yoshimoto engagierte sich besonders Anfang der 1960er nachdrücklich für den Einsatz des Naikan im Vollzugswesen. So organisierte er beispielsweise von 1960 bis 1962 jährliche Schulungsversammlungen, bei denen er bisweilen sämtliche Aufenthaltskosten für teilnehmendes Vollzugspersonal übernahm (vgl. Takeda 1971, 146).

<sup>16</sup> In diese Zeit fällt beispielsweise auch der Zenit in Hinblick auf jährliche Klientenzahlen in Yoshimotos Zentrum: 1975 (659 Personen), 1976 (1004), 1977 (1201), 1978 (1540), 1979 (1380), 1980 (1394), 1981 (1425), 1982 (1255), 1983 (1322), 1984 (1396). Zum Vergleich: in einem Zeitraum von fünf Jahren von 1960 bis 1964 begleitete Yoshimoto und seine Frau zusammen 578 *naikansha* (Yoshimoto 1997, 198).

<sup>17</sup> Der Gipfel war diesbezüglich 1962 erreicht. Von da an bis 1971 reduzierte sich die Anzahl an Vollzugseinrichtungen mit Naikan im Angebot zwar beträchtlich, doch stellte sich hiernach wieder eine deutliche Trendumkehr ein. Geschuldet war der zwischenzeitliche Einbruch dem Aufkommen kritischer Stimmen – aus ideologischen, politischen wie administrativen Gründen – im Gefolge einer wachsenden Resonanz (vgl. Reynolds 1983, 52-53). Ersteres nahm speziell Bezug auf den *shin*-buddhistischen Hintergrund Yoshimotos und des Naikan vor dem Hintergrund des verfassungsmäßig implementierten Laizismus (siehe §20 und §89 der Verfassung von 1947). Wohl aus diesem Grund war Yoshimoto, wie zuvor erwähnt, bemüht offenkundig religiöse Elemente des Naikan zu entfernen.

<sup>18</sup> Takemoto ist heute Psychiater und Direktor des von ihm 1972 eröffneten *Ibusuki Takemoto*-Spitals in Ibusuki, Präfektur Kagoshima, wo Naikan zur Therapierung von Alkoholismus zum Einsatz kommt. Seine Tätigkeit war maßgeblich für die Etablierung des Naikan im klinischen Bereich (vgl. URL: <http://www.synapse.ne.jp/~sein/T/prfTT.htm>). Miki ist ein prominenter klinischer Psychologe und emeritierter Professor an der Ōsaka Universität. Gemeinsam mit seiner Frau gründete er das *Nara Naikan kenshūjo* (Naikan Ausbildungsinstitut Nara) (vgl. URL: <http://www.nara-naikan.jp/>).

auch international frequentierte Fachtagung abhält.<sup>19</sup> Wie Ozawa-de Silva festhält, lässt sich an der Teilnehmerschaft und Themenausrichtung der Konferenzen eine Entwicklung ablesen, die auf eine zunehmende „Respiritualisierung“ des Naikan-Diskurses verweist.<sup>20</sup> Die fortschreitende Professionalisierung des Naikan in Japan ging auch Hand in Hand mit einem allmählichen Zuwachs an privaten Naikan-Einrichtungen – gegenwärtig gibt es in Japan mehr als 40 Naikan-Zentren – sowie einer, wenn auch beschränkt geliebten, Internationalisierung einsetzend in den 1970er Jahren. Erste Institutionalisierungen außerhalb Japans sollten schließlich in den 1980er und frühen 1990er Jahren in Österreich und Deutschland folgen.<sup>21</sup> Obschon Naikan in Japan eine bis heute beachtliche Eigendynamik entwickeln konnte, markiert der Tod des charismatischen Stifters am 1. August 1988 dennoch einen merklichen Rezeptionsbruch. Mit Yoshimoto verlor Naikan gleichermaßen Doyen und wichtigsten Werbeträger.

Die oben konstatierte Kehrtwende hin zu einer Respiritualisierung des Naikan ist nicht überraschend,<sup>22</sup> zumal das religiöse Moment als genuines Selbstverständnis im Kern der Praxis angelegt ist (und von Yoshimoto nie geleugnet wurde). Die zuvörderst von Yoshimoto akzentuierte semantische Elastizität verleiht Naikan eine vielschichtige Identität und mithin Applikabilität. Die Entkleidung des explizit buddhistisch-religiösen Korsetts gekoppelt mit jener Flexibilität in der Anwendung zeugt eine Palette an Lesarten. Demgemäß verstand Yoshimoto Naikan mitunter auch als Weg zu verschiedenen Religionen. Die *shin*-buddhistische Dimension ließ er dabei nie außer Acht, prononcierte er

---

<sup>19</sup> Für zahlreiche Hintergrundinformationen, vgl. URL: <http://www.jpnaikan.jp>. 1985 formierte sich zudem *Naikan Konwakai* („Naikan Gesprächskreis“; heute: *Nihon Naikan Kenshūjo Kyōkai* oder „Japanische Vereinigung der Naikan Ausbildungsinstitute“), eine Interessensgemeinschaft an Praktizierenden, die um Organisation (und somit „Qualitätssicherung“) des Naikan in Japan bemüht ist.

<sup>20</sup> Ozawa-de Silva 2006, 9.

<sup>21</sup> Heute finden sich institutionalisierte Naikan-Angebote (exklusiv oder einschließlich anderer Praktiken) neben Zentren in Japan, Österreich und Deutschland auch in der Schweiz, Spanien und den Vereinigten Staaten.

<sup>22</sup> Das bedeutet nicht, dass der religiöse Kontext des Naikan allerorts marginalisiert oder gänzlich eliminiert wurde. Speziell außerhalb Japans ist Naikan mehrheitlich in einem religiösen (oder – emisch ausgedrückt – „spirituellen“) Setting verankert. Das erste Naikan-Zentrum Österreichs (Neue Welt Institut; vgl. URL: <http://www.naikan.com/>), aktuell in Neunkirchen, wird beispielsweise als buddhistisches Institut innerhalb der Österreichischen Buddhistischen Religionsgesellschaft geführt.



doch wiederholt, dass nicht er sondern Shinran und Amida die Gründer des Naikan seien.<sup>23</sup>

Das buddhistische Fundament des Naikan reicht über *mishirabe* weit zurück zu den Anfängen speziell des *Mahāyāna* (*daijō*). Historisch als eine verzweigte Strömung innerhalb des frühen Buddhismus betrachtet, repräsentiert der *Mahāyāna* heute als doktrinelles Wiege das Etikett für die in Ostasien dominierende Form des Buddhismus. Der *Mahāyāna* formte ursprünglich eine Klammer für neuartige Ausgestaltungen der buddhistischen Lehre, beruhend auf einer Reihe historisch jüngerer Sūtras, die zumindest ab dem ersten Jahrhundert v.u.Z. in Umlauf gebracht wurden.<sup>24</sup> In diesen innovativen Fassungen des *buddhavacana*<sup>25</sup> („Wort des Buddha“; *butsugo*) tauchen vereinzelt erstmals auch jene Komponenten auf, die die charakteristischen Eckpunkte der Reinen Land-Tradition bilden sollten. Die maßgebenden Quellen, im Japanischen auch *jōdo sanbukyō* („Drei Sūtras des Reinen Landes“; Chinesisch: *jingtu sanbu jing*) genannt, umfassen das Große und Kleine *Sukhāvativyūhasūtra*<sup>26</sup> (Sūtra [vom Buddha] des Unermesslichen Lebens) sowie das *Guan Wuliangshou jing*<sup>27</sup> (Sūtra der Meditation [über den Buddha] des Unermesslichen Lebens). Hinzu tritt ferner das *Pratyutpannabuddhasammukhāvasthitasamādhisūtra*<sup>28</sup> (Sūtra der meditativen Sammlung in der einem die Buddhas der Gegenwart gegenüber treten), das als entscheidend für die Formierung der chinesischen Reinen Land-Schule (*Jingtu zong*) angesehen werden kann.

---

23 Yoshimoto 1983, 44-45.

24 Williams 2009.

25 Gemeint sind mit dem Ausdruck jene Lehren, die Buddha selbst zugeschrieben oder unter seiner Anerkennung ausgesprochen worden sind.

26 Japanisch: *Muryōjūkyō*; Chinesisch *Wuliangshou jing*. Die Sūtras stammen vermutlich aus dem dritten Jahrhundert. Das Kleine *Sukhāvativyūhasūtra* ist auch unter dem Titel *Amitābhasūtra* (Japanisch: *Amidakyō*; Chinesisch: *Amituo jing*) bekannt.

27 Japanisch: *Kanmuryōjūkyō*; Sanskrit: *Amitāyurdhyānasūtra*. Die chinesische „Übersetzung“ soll der Tradition nach aus dem fünften Jahrhundert datieren, allerdings ist keine Sanskrit-Fassung überliefert oder in den Quellen benannt. Erst nachträglich wurde das Sūtra daher auch mit einem rekonstruierten Titel in Sanskrit versehen. Der Text mag originär eine chinesische oder zentralasiatische Komposition sein.

28 Üblicherweise abgekürzt zu *Pratyutpannasamādhisūtra* (Japanisch: *Hanju zannai kyō*; Chinesisch: *Banzhou sanmei jing*). Das Sūtra wurde im Jahr 179 ins Chinesische übertragen und zählt sonach zu den frühesten chinesischen Übersetzungen buddhistischer Texte überhaupt.

Eine wesentliche Bedeutung besaß überdies frühe Kommentarliteratur, allen voran das *Daśabhūmikāvibhāṣā*<sup>29</sup> (*Abhandlung über die Zehn Stufen*), das landläufig dem eminenten *Mahāyāna*-Gelehrten Nāgārjuna (2. Jh.) zugeordnet wird. Gleichmaßen einflussreich war das *Wuliangshou jing youpotische yuansheng ji*<sup>30</sup> (*Kommentar zum Sūtra [vom Buddha] des Unermesslichen Lebens und zu den Versen über den Wunsch nach Hingeburt [ins Reinen Land]*), dessen nicht überliefertes angebliches Original die Handschrift des zweiten großen Denkers des *Mahāyāna*, Vasubandhu (4. oder 5. Jhdt.), tragen soll.<sup>31</sup> Über Zentralasien sickerte der Buddhismus ab dem ersten Jahrhundert allmählich in das *han*-zeitliche (206 v.u.Z.–220) China ein. Erste Spuren einer Auseinandersetzung mit Reinen Land-Ideen finden sich in der ersten Hälfte des dritten Jahrhunderts, vermehrt schließlich zu Zeiten der östlichen *Jin*-Dynastie (317–420). Eine erste Institutionalisierung des Amitābha-Kults fand im Jahr 402 mit der Gründung der „Gesellschaft vom Weißen Lotos“ (*Bailian she*; Japanisch: *Byakurensha*) am Berg *Lu* (*Lushan*) unter dem Mönch Huiyuan (334–416; Japanisch: Eon) statt. Die Gegend um Lushan, gelegen im Norden der heutigen Provinz Jiangxi, wurde in Folge ein Zentrum des Reinen Land-Glaubens, wiewohl beschränkt auf eine Elite. Das sechste und siebente Jahrhundert erlebte eine bemerkenswerte Ausbreitung des Reinen Landes und das Wirken der drei herausragendsten Exponenten der *Jingtu zong* – Tanluan (476–542; Japanisch: Donran), Daochuo (562–645; Japanisch: Dōshaku) und Shandao (613–681; Japanisch: Zendō) – deren Kommentarschriften zudem wesentlichen Einfluss in Japan entfalten konnte, weshalb sie in der japanischen Tradition als chinesische Patriarchen in Anschluss an Nāgārjuna und Vasubandhu bedacht werden. Zumindest ab Mitte des siebenten Jahrhunderts (640) gelang es der Reinen Land-Lehre (*Jōdokyō*) auch in Japan nachhaltig Fuß zu fassen. Wie in

<sup>29</sup> Japanisch: *Jūjū bibasharon*; Chinesisch: *Shizhu piposha lun*. Ein Kommentarband zum *Daśabhūmikasūtra* (*Sūtra der Zehn Stufen*; Japanisch: *Jūjūkyō*; Chinesisch: *Shidi jing*), der nur in einer chinesischen Fassung erhalten ist. Programmatisch widmet sich das *Daśabhūmikasūtra* systematisch den „zehn Stufen“ in der Entwicklung eines Bodhisattva (*bosatsu*; Chinesisch: *pusa*) hin zur Buddhenschaft.

<sup>30</sup> Japanisch: *Muryōjūkyō ubadaisha ganshōge*; Sanskrit: *Sukhāvātīvyūhopadeśa*. Der Sanskrittitel ist wiederum rekonstruiert worden. Die zwei geläufigsten Kurztitel im Japanischen wie Chinesischen sind *Ojōron* (*Abhandlung über die Hingeburt*; Chinesisch: *Wangsheng lun*) und *Jōdoron* (*Abhandlung über das Reine Land*; Chinesisch: *Jingtu lun*). Dieser wichtige chinesische Kommentartext zum Großen *Sukhāvātīvyūhasūtra* rührt aus dem frühen sechsten Jahrhundert.

<sup>31</sup> Nāgārjuna (Japanisch: Ryūju) und Vasubandhu (Japanisch: Seshin) wurden demnach (und gleichfalls um aus Legitimationsgründen an die indische Tradition anzuknüpfen) von Shinran zu den ersten beiden Patriarchen der Reinen Land-Line gekürt.

den Jahrhunderten zuvor hatte auch diesmal die koreanische Halbinsel als Brückenkopf der Vermittlung chinesischer respektive sinisierter Religiosität gedient. Innerhalb kurzer Zeit bildete sich eine erste exegetische Tradition zentraler *Jingtu*-Quellentexte und deren Schlüsselkommentare, doch begünstigte insbesondere die Ankunft der *Tiantai zong*<sup>32</sup> („Schule der Himmlischen Plattform“) in Form der *Tendaishū*, installiert unter Saichō, das weitere Gedeihen der Amida-Verehrung in Japan.<sup>33</sup> Bereits der *Tiantai*-Gründer Zhiyi (538–597; Japanisch: Chigi) unterstrich wiederholt die heilstiftende Rolle Amidas (Chinesisch: *Amituo*), die in der *Tendaishū* ausgebaut und popularisiert wurde, allen voran durch Ennin und Genshin (942–1017). Letzterer zeichnete verantwortlich für einen umfangreichen Korpus an einschlägigen Schriften mit dem *Ōjō yōshū* (*Sammlung des Wesentlichen über die Hingeburt [ins Reine Land]*) an dessen Spitze. In fruchtbarer Auseinandersetzung speziell mit Daochuo und Shandao verfasste er mit dem *Ōjō yōshū* eine Schrift, die nicht nur in Japan zu einem der „berühmtesten Werke der religiösen Literatur“<sup>34</sup> zählt, sondern als einer der wenigen japanischen Texte gilt, der in China eine wirkmächtige Rezeption – in diesem Fall im Kontext der *Jingtu zong* – erfahren hat. Schlussendlich sollte es auch ein Mönch aus den Reihen der *Tendaishū* sein, dessen Lehren den Reinen Land-Kult erstmals großflächig und nachhaltig zu einer institutionellen Verselbständigung – in Gestalt der *Jōdoshū* („Schule des Reinen Landes“) – führen konnte, nämlich Hōnen (1133–1212). Aus Unzufriedenheit mit den moralisch-zerrütteten monastischen Strukturen und einer allgemein empfundenen Verknöcherung von Kultpraxis und Doktrin wandte sich dieser bald nach seiner Ordination von der *Tendaishū* ab und suchte die Nähe esoterischer Lehren (*mikkyō*) unter Eikū (gest. 1179), einem Schüler Ryōnins (1072–1132), dem Gründer der *Yūzūnenbutsushū*<sup>35</sup> („Schule des *Nenbutsu*

<sup>32</sup> Die *Tiantai zong* ist der erste Vertreter eines vollständig in China herangereiften Buddhismus, dessen Doktrin vielfach richtungsweisend war für nachfolgende Schulen. Im Zentrum der Aufmerksamkeit steht das *Saddharmapuṇḍarīkasūtra* (*Sūtra vom Lotos des Wunderbaren Gesetzes*; Chinesisch: *Miaofa lianhua jing*; Japanisch: *Myōhōrengekyō*), kurz *Lotos-Sūtra*, der wohl einflussreichste Text im ostasiatischen Buddhismus.

<sup>33</sup> Die *Tendaishū* war bis in die *Edo*-Zeit (1603–1868) die dominierende buddhistische Schule wie auch eine bedeutende politische Kraft. Auch außerhalb der *Tendaishū* gewann die *Jōdokyō* an Strahlkraft, so beispielsweise in der esoterisch-buddhistischen *Shingonshū* („Schule des Wahren Wortes“).

<sup>34</sup> Kleine 2011, 214.

<sup>35</sup> Bis 1874 operierte die *Yūzūnenbutsushū* als Flügel der *Tendaishū* bevor sie sich als eigenständige Schule etablierte. Heute zählt sie zu einer wenn auch vergleichsweise kleinen Vertreterin der Reinen Land-Tradition. Im Gegensatz zu *Jōdoshū* und *Jōdo Shinshū* befinden sich allerdings nicht die *jōdo sanbukyō* im Mittelpunkt, sondern das *Lotos-Sūtra* sowie das *Avatamsakasūtra* (*Blumengirlan-*

der Allseitigen Durchdringung“). Unter Eikū befasste sich Hōnen eingehend mit den Schriften Genshins – vor allem dem *Ōjō yōshū* – und erhielt eine intensive Ausbildung in der *nenbutsu*-Praxis<sup>36</sup> („Vergegenwärtigung des Buddha“; Chinesisch: *nianfo*). Hōnen sah sich in der Tradition Shandao; nicht zuletzt soll die Lektüre dessen *Guan Wuliangshoufo jing shu* (*Kommentar zum Sūtra der Meditation über den Buddha des Unermesslichen Lebens*; Japanisch: *Kanmuryōjubutsukyōshō*) sein exklusives *nenbutsu*-Verständnis (*senju nenbutsu*) geformt haben, das er in seinem weithin beachteten Hauptwerk von 1198, *Senchaku hongan nenbutsushū* (*Sammlung zur Wahl des Nenbutsu im Urgelübde [Amidas]*; kurz *Senchakushū* oder *Sammlung zur Wahl*), darlegte. Hōnens Einsicht einer garantierten Heilswirksamkeit des *nenbutsu* soll in das Jahr 1175 zurückreichen, das traditionell als Beginn der *Jōdo-shū* gedacht wird. Tatsächlich entwickelten sich erst unter nachfolgenden Generationen an Schülern allmählich die festen Umrisse der von Anfang an in Denominationen begriffenen *Jōdoshū*. Einer jener (direkten) Schüler Hōnens war der vormals als *Tendai*-Mönch ordinierte Shinran, dessen Interpretation der Reinen Land-Lehre den Rahmen der *Jōdo Shinshū* bildete, die sich – wiederum von Anhängern getragen – mit der Zeit als eigenständige Schultradition neben der *Jōdoshū* herauschälen sollte.<sup>37</sup> Shinran verehrte seinen Meister Zeit seines Lebens, verstand daher den Begriff *Jōdo Shinshū* („Wahre Schule des Reinen Landes“) nicht im Sinne einer lehrmäßigen Erneuerung oder Veredelung, sondern rein als Zuspitzung auf die Essenz der Lehre Hōnens, die er vor allem in seinem Hauptwerk *Ken jōdo shinjitsu kyōgyōshō monrui* (*Aufstellung von Textpassagen zur Enthüllung der Wahren Lehre, Praxis und Verwirklichung des Reinen Landes*; kurz *Kyōgyōshinshō* oder *Lehre, Praxis, Glaube und Verwirklichung*) auseinanderzusetzen suchte. Shinran rückt hier das ausschließliche Heilsverdienst Amidas ins Zentrum und erkennt *nenbutsu* als dessen „Verdienstübertragung“ (*ekō*) auf den Menschen. Amidas Gabe respektive die sogenannte „Andere Kraft“ (*tariki*) eröffne sich dem Menschen durch den Glauben (*shinjin*),

---

*densūtra*; Japanisch: *Kegongyō*; Chinesisch: *Huayan jing*), ein weiterer Schlüsseltext des Buddhismus in Ostasien.

<sup>36</sup> *Nenbutsu* ist die Übersetzung des Sanskritausdrucks *buddhānasmṛti*, im frühen Buddhismus eine kontemplative Übung in der sich der Praktizierende die Qualitäten des Buddha vergegenwärtigt. In der Reinen Land-Tradition steht *nenbutsu* für die Rezitation der Formel *namu Amidabutsu* („meine Verehrung dem Buddha Amida“). Das übliche Verständnis zur Zeit Hōnens sah die Anrufung als unterstützende Beigabe einer Visualisierung der Prächtigkeit Amidas, um dadurch erfolgreich in eine konzentrierte Versenkung einzutauchen. Hōnen hingegen entwickelte die Ansicht, dass rein das wiederholte Aufsagen des Mantra eine heilbringende Wirkung entfalte (vgl. Andrews 1987).

<sup>37</sup> Vgl. Dobbins 2002.

der als Heilsgarant wirke. Die Lehren Shinrans, die sich somit mehr noch als jene Hönens deutlich vom zeitgenössischen Buddhismus abhoben, fanden Ausbreitung wie gemeinschaftliche Verankerung durch den Kreis seiner Schüler. Während sich über das *dōjō*-Wesen im Laufe des 14. Jahrhunderts regionale Zentren formten, bildete sich in Kyōto – der hauptsächlichen Wirkungsstätte Shinrans – angefangen mit dessen Tochter Kakushinni (1224–1283) und formalisiert unter dem Urenkel Kaku-nyo (1270–1351), eine dynastische Linie, mit dem *Honganji* („Tempel des Urgelübdes“) als Hauptsitz. Der *Honganji*-Zweig wurde durch den achten Abt, Rennyō (1415–1499), zur Blüte gebracht und wandelte sich zur dominierenden Strömung innerhalb der *Jōdo Shinshū*;<sup>38</sup> dies auch auf Kosten konkurrierender Zweige wie der *Kinshokuji-ha*, aus deren Reihen sich im Laufe der Zeit zahlreiche *dōjōs* der *Honganji-ha* anschlossen. Obgleich geschwächt überdauerte der *Kinshokuji*-Zweig und ist bis heute als einer der zehn Flügel der *Jōdo Shinshū* in Gestalt der *Shinshū Kibe-ha* präsent, unter dessen organisatorischen Dach sich einst Yoshimoto (als zertifizierter Mönch) und der Naikan-Tempel finden sollten. Die *Honganji-ha* selbst steuerte aufgrund interner Konflikte auf ein Schisma zu, was im Jahr 1619 zur Geburt der beiden gegenwärtigen Hauptflügel *Jōdo Shinshū Honganji-ha* und *Shinshū Ōtani-ha* führte. *Taikan-an* und mithin *mishirabe* sollte im Dunstkreis ersterer entstehen.

## 2 Die religiösen Bezüge des Naikan zu ostasiatischen Religionen

Schnörkellos zeigt sich Naikan in seiner Anwendung, klar und geradlinig von Struktur, unmissverständlich in seiner Funktion, die da lautet *naikan* oder zu Deutsch „Innenschau“. Naikan als Instrument einer Selbstfindung, eines transformativen Akts hin zu geistigem Wachstum, ja, einer spirituellen „Wiedergeburt“.<sup>39</sup> Das „wahre Selbst“ zu wecken ist der Brennpunkt des Naikan, dem trotz seiner *shin*-buddhistischen Provenienz, durchaus *zen*-buddhistische<sup>40</sup> Züge innewohnen. Dies lässt sich

---

<sup>38</sup> Vgl. Yasutomi 2006.

<sup>39</sup> Vgl. Chervenkova 2014.

<sup>40</sup> Die *Zenshū* (Chinesisch: *Chan zong*) mit ihren drei großen Schulrichtungen – *Rinzai*, *Sōtō* und *Ōbaku* – zählt zu den dominierenden buddhistischen Strömungen im heutigen Japan. Im ausgehenden 12. Jahrhundert konnte die *Chan*-Lehre, die sich in China ab dem sechsten Jahrhundert zu formieren begann, zunächst in Form der *Linji*-Tradition (Japanisch: *Rinzai*) unter dem *Tendai*-ordinierten Mönch Eisai (1141–1215) Fuß fassen. Der Begriff *chan* ist die erste Silbe der chinesischen Transkription (*chanding*) des sanskritischen *dhyāna* („meditative Versenkung“) und konturiert damit bereits Praxis- und Lehrschwerpunkt des *Zen*.

dadurch erklären, dass sowohl der Amidismus als auch *Zen* einem weit-  
hin *tendai*-geprägten weltanschaulichen Biotop entwachsen sind. Es gilt  
mithin die Dualität des Denkens von Subjekt („Ich“) und Objekt („die  
Anderen“) aufzutrennen, das Selbst angelehnt an das buddhistische  
Grundkonzept von *pratītyasamutpāda* (*engi*), also dem „bedingten Ent-  
stehen“ als „relationales Selbst“ oder „soziales Selbst“<sup>41</sup> zu begreifen. *Zen*-  
buddhistisch gesprochen kehrt Naikan das „Nicht-Selbst“ (*muga*; Sanskrit:  
*anātman*) hervor, lässt demnach die Bedingtheit des Selbst erkennen  
und tilgt in der Folge uranfängliche Verblendung (*chi*; Sanskrit: *moha*).  
*Pratītyasamutpāda* lehrt, dass sämtliches „Sein“ in Abhängigkeit zueinander  
steht, sich gegenseitig bedarf. Das Sein und damit der Mensch ist  
daher „leer“ (*kū*; Sanskrit: *sūnya*), ohne „eigene Existenz“ (*jishō*; Sanskrit:  
*svabhāva*), was im konkreten Fall heißen will, dass der Mensch in ein  
fluides Gesamtsystem eingebunden ist, welches Identität verleiht. Das  
Selbst ist nicht wie durch Unwissen (*mumyō*; Sanskrit: *avidyā*) fälschlich  
angenommen autonom, es steht vielmehr in einer unabdingbaren Wechsel-  
beziehung zu seiner Umwelt. Naikan sucht nun eben jenes soziale  
Selbst zu entfalten, zentrierte Abschottung aufzulösen, letztlich  
„Selbst“-erkenntnis zu zeitigen. Die Innenschau auf Basis der drei von  
Yoshimoto formulierten Leitthemen soll gleichermaßen Versöhnung und  
„Ent-zweigung“ bewirken, eine Versöhnung von Subjekt und Objekt und  
somit die Entzweigung respektive Auftrennung jener dem eigenen Selbst-  
verständnis zugrunde gelegten Dichotomie.

Der Buddhismus setzt an das Ende des „edlen achtfachen Pfads“  
(*hasshōdō*; Sanskrit: *āryāṣṭāṅgamārga*) eine Erleuchtungserfahrung (*bodai*;  
Sanskrit: *bodhi*), die sich dem Praktizierenden mit der profunden Durch-  
dringung der „vier edlen Wahrheiten“<sup>42</sup> (*shishōdai*; Sanskrit: *catvāry ārya-  
satyāni*) erschließt. In der klassischen Tradition bedeutet diese das Verlö-  
schen (*nirvāṇa*) aus *Samsāra* („beständiges Wandern“; *rinne*), dem ewigen  
Kreislauf an Wiedergeburten, beruhend auf dem Erlöschen des Begeh-  
rens (*katsuai* Sanskrit: *taṅhā*). Das Begehren, wörtlich „Durst“, in seinen

---

<sup>41</sup> Odin 1996, 8-9.

<sup>42</sup> Eigentlich „vier Wahrheiten [die dem geistig] Edlen [bewusst sind]“, im ost-  
asiatischen Buddhismus daher oftmals schlicht als „vier Wahrheiten“ (*shidai*)  
bezeichnet. Diese markieren den dogmatischen Kern buddhistischer Glau-  
bensvorstellung. Sie bekunden die Allgegenwart von „Leiden“ (*ku*; Sanskrit:  
*duhkha*), dessen „Entstehung“ (*jū*; Sanskrit: *samudaya*) und Möglichkeit der  
„Erlöschung“ (*metsu*; Sanskrit: *nirodha*) sowie den Weg (*dō*; Sanskrit: *mārga*)  
dahin, namentlich den „edlen achtfachen Pfad“ (oder präziser: der „achtfache  
Pfad [des geistig] Edlen“). Dieser umfasst eine Wegleitung zu *Nirvāṇa* (*nehan*),  
wird in späteren Quellen zuweilen aber auch verstanden als Sammlung hehrer  
Qualitäten, deren Internalisierung zur Erlangung der Buddhaschaft erforder-  
lich ist.

unterschiedlichen Ausformungen, ist die Wurzel des Leidens. Es perpetuiert den karmisch gespeisten Kausalnexus<sup>43</sup> und verstetigt Transmigration.

Durchwirkt von eschatologischem Denken lokalisiert die Reine Land-Lehre zwischen *Saṃsāra* und *Nirvāṇa* traditionell ein so genanntes „Buddhafeld“<sup>44</sup> (*bussatsu*; Sanskrit: *buddhakṣetra*) namens *Sukhāvati* (Japanisch: *gokuraku*; Chinesisch: *jile*). Dieser Ort „höchsten Glücks“ (*gokuraku*), jenseits von *Saṃsāra*, ist die Domäne des Buddha Amida. Eine paradiesische Welt mit überwältigender und fantastischer Landschaft, wo Flora und Fauna als Emanation Amidas gleichermaßen den *Dharma* (die buddhistische Doktrin; Japanisch: *hō*; Chinesisch: *fa*) verkünden, und die Bewohner, losgelöst von samsarischer Beschwerlichkeit, diesem in erhabener Freude begeistert huldigen.<sup>45</sup> Mit der Reinen Land-Soteriologie verschiebt sich der Ort der Erleuchtungserfahrung aus *Saṃsāra* auf eine andere Existenzebene, deren Beschaffenheit den Gläubigen einen Heilsautomatismus verspricht. Die Hingeburt in das Reine Land Amidas (*ōjō*) wird somit – in Einklang mit dem *mappō*-Gedanken – als letzte und notwendige Etappe gen *Nirvāṇa* betrachtet. *Mappō* („endender *Dharma*“; Chinesisch: *mofa*) repräsentiert den finalen Abschnitt einer dreigliedrigen Zeitrechnung, die den Verlauf der Verständnisminderung des Menschen gegenüber dem *Dharma* seit dem Tod Siddhārtha Gautamas periodisiert. Bereits in den frühesten *vinaya*-Texten<sup>46</sup> finden sich Aussagen über die Zeitweiligkeit buddhistischer Lehren, die nach 500 Jahren dieser Welt wieder abhandenkommen sollen. Diese Zeitstrecke bis zum „Verschwinden des wahren *Dharma*“ (Sanskrit: *saddharmavipralopa*) wurde einsetzend mit dem ersten Jahrhundert verschiedentlich nach oben kor-

---

<sup>43</sup> Im Verständnis des frühen Buddhismus verweist *karman* („Tat“; *gō*) auf eine Form von „Energie“, die aus aggregierten Qualitäten intentionaler Handlungen gerinnt. Diese effiziert eine Konsequenz. *Karman* generiert folglich die Grammatik zwischen volitionalem Akt und dessen „Reifung“ (*kaḥō*; Sanskrit: *vipāka*) respektive Resultat.

<sup>44</sup> Ein *Mahāyāna*-Konzept, das den Bereich eines bestimmten Buddha markiert, welcher bei dessen Erleuchtung erschaffen wird. Buddhafelder unterscheiden sich im Grad ihrer Reinheit. Die reinste Form, bar allem der Erleuchtung Hinderlichen, wird zumeist als „gereinigtes Buddhafeld“ (Sanskrit: *visuddhabuddhakṣetra*; im Japanischen mit *shōjōbukkōkudo* übertragen) bezeichnet, von welchem der dem ostasiatischen Buddhismus entwachsene Begriff „Reines Land“ (*jōdo*; Chinesisch: *jingtū*) vermeintlich als Abkürzung herrührt. Eine synonymisch gebrauchte Benennung ist „Buddhaland“ (*bukkōkudo*, *bukoku* oder *butsudo*).

<sup>45</sup> Vgl. Gómez 1996.

<sup>46</sup> *Vinaya* („Disziplin“; Japanisch: *ritsu*) ist das Regelwerk monastischer Gemeinschaften.

rigiert und schließlich unterteilt in eine Epoche des „wahren *Dharma*“ (*saddharma*; Japanisch: *shōbō*; Chinesisch: *zhengfa*) und die darauf folgende Zeitspanne eines „abbildhaften *Dharma*“ (*saddharmapratirūpaka*; Japanisch: *zōhō*; Chinesisch: *xiangfa*). Diese Chronologie erreichte China im dritten Jahrhundert und wurde spätestens im sechsten Jahrhundert eigenständig um einen dritten Abschnitt – *mofa* – erweitert.<sup>47</sup> Das so entworfene Model wurde in der Folge als wesentliches Element des ostasiatischen und (bis heute) speziell des japanischen Buddhismus inkorporiert und förderte sowie legitimierte eine Reihe an neu aufkommenden Lehren und Praktiken. Ab Mitte der Heian-Zeit (*Heian jidai*; 794–1185) etablierte sich im japanischen Kontext zunehmend die Ansicht, dass konkret das Jahr 1052 den Beginn des Zeitalters des endenden *Dharma* (*mappō*) einläute und es folglich den Gläubigen von da an nicht mehr möglich sei auf herkömmlichen Wege respektive durch althergebrachte Methoden Erleuchtung zu erlangen.<sup>48</sup> Während die vorhergehende Periode des „abbildhaften *Dharma*“ dies noch grundsätzlich gestattet habe – zur Zeit des „wahren *Dharma*“ sei der Nachhall Buddhas Lehren für die Menschen hingegen noch in aller Klarheit wahrzunehmen gewesen – sei es nun ausgeschlossen, da der *Dharma* selbst von den religiös virtuossten Aspiranten nicht mehr vollends erfasst werden könne. Für diese Phase des Niedergangs wurde gemeinhin ein Zeitraum von 10.000 Jahren angenommen, nach welchem bis zur Ankunft des künftigen Buddha Miroku (Sanskrit: *Maitreya*) der *Dharma* unter den Menschen vergessen sein würde. Das einer zeitgeistigen Dekadenz geschuldete Unvermögen aus eigenen Kräften *Nirvāṇa* zu erreichen, so der Schluss, mache Unterstützung von „außen“ dringend erforderlich. Die Kernbotschaft der Reinen Land-Tradition greift diese Überlegung auf und weist Buddha Amida jene heilsschaffende Funktion zu. Amidas Hintergrundgeschichte findet sich im Großen *Sukhāvativyūhasūtra*, wo es heißt, dass der Buddha *Lokeśvararāja* (*Sejizaiō butsu*; Chinesisch: *Shizizaiwang fo*) in einem fernen Zeitalter dem Mönch Dharmākara (*Hōzō*; Chinesisch: *Fazang*) in einer Voraussage dessen Buddhaschaft (*juki*; Sanskrit: *vyākaraṇa*) offenbart

<sup>47</sup> Fischer 1976, 118; vgl. Hubbard 2001.

<sup>48</sup> Kalkuliert wurde gemeinhin in Rückgriff auf Ausführungen im *Mahāsāṃnipātasūtra* (*Sūtra der Großen Sammlung*; Chinesisch: *Dafangdeng daji jing*; Japanisch: *Daihōdō daijūkyō*). Ausgangspunkt war der Tod Siddhārtha Gautamas, der laut *Zhoushu yiji* (*Aufzeichnung von Wundersamen im Buch von Zhou*; Japanisch: *Shūsho iki*) mit dem 52. Regierungsjahr des Zhou-Königs (*Zhou chao*; 1046–256 v. u. Z.) Mu (gest. ca. 922), also vermeintlich 949 v. u. Z., zusammengefallen sei. Von diesem Datum bemaß man jeweils 1000 Jahre für den ersten und zweiten Zeitabschnitt. In China hingegen entfielen in Berechnungen traditionell 500 Jahre auf *zhengfa* und 1000 Jahre auf *xiangfa*, was den Anfang von *mofa* auf das Jahr 552 datierten ließ (vgl. Blum 2002, 84).



haben soll. Dharmākara erbat eine Schau zahlloser Buddhafelder und bündelte deren hervorragendste Merkmale in der Vorstellung eines eigenen Buddhafelds, welches er in einem 48 Schwüre umfassenden Bodhisattva-Gelübde beschrieb. Herzstück ist nach chinesischer (Shandao) und japanischer (Hōnen) Tradition der 18. Eid, das „Urgelübde“ (*hongan*; Sanskrit: *pūrva-praṇidhāna*), in welchem Dharmākara feierlich verspricht:

設我得佛，十方眾生，至心信樂，欲生我國，乃至十念；  
若不生者，不取正覺。唯除五逆，誹謗正法。

Ich möge kein vollkommenes Erwachen empfangen, sollten – habe ich Buddhaschaft erlangt – fühlende Wesen der zehn Richtungen, die sich mit aufrichtigem Herzen und vertrauensvoller Freude wünschten in mein Land hingeboren zu werden und sich dies auch nur zehnfach vergegenwärtigten, nicht in dieses hingeboren werden (T0360: 12.0268a26-27).<sup>49</sup>

Das Sūtra lässt *Śākyamuni Buddha (Shakamuni butsu)*, i. e. der historische Buddha, in der Folge berichten, dass Dharmākara schließlich Buddhaschaft erreicht und den Namen *Amitābha* angenommen habe. Seine Versprechungen seien in Erfüllung gegangen und *Sukhāvati* böte in der Tat auch den Unbedarftesten die Möglichkeit zu baldiger Erleuchtung.

Schlüssel zur Hingeburt ins Reine Land Amidas und demnach Heilsversicherung erkannte Hōnen mit Verweis auf den 18. Eid einzig im *nenbutsu*. Das Wiederholen aufrichtiger Ehrbezeugung gegenüber Buddha Amida durch die Formel *namu Amidabutsu* alleine ließe den Praktizierenden dessen umfassender Liebe teilhaftig werden und Fuße setzen in das Reine Land.<sup>50</sup> Hōnens Schüler Shinran behielt die Exklusivität der soteriologischen Funktion Amidas in seinem Denken bei, führte diese gar ins Extrem und wandelte, wie Corless pointiert festhält, „eine Spiri-

---

<sup>49</sup> Spätere chinesische Fassungen des Großen *Sukhāvativyūhasūtra* fügen den im Sanskritoriginal nicht vorhandenen Ausschluss bei: „Ausgenommen sind jene, die sich der fünf Frevel und der Verleumdung des wahren Dharma [schuldig machten]“ (唯除五逆，誹謗正法。; T0360: 12.0268a27-28). Diese Passage blieb innerhalb der Reinen Land-Exegese oftmals unberücksichtigt – so bei Hōnen (vgl. Repp 2005, 396-397) – oder büßte ihre Gültigkeit ein wie etwa bei Shinran (vgl. Dessì 2007, 41-42), der in ihr gleich Shandao eine Maßregel und keine heilseinschränkende Klausel sah.

<sup>50</sup> Vgl. Kuroda Institute 1998.

tualität des *Vertrauens* in eine Spiritualität der *Unterwerfung*“.<sup>51</sup> Shinran betont nachdrücklich die traditionell Tanluan zugesprochene Scheidung von „Eigener Kraft“ (*jiṛiki*; Chinesisch: *zili*) und „Anderer Kraft“ (*tarikī*; Chinesisch: *tali*). *Jiṛiki* in der Form von Meditation, Textstudium oder rituellem Habitus sei ein „geschicktes Mittel“<sup>52</sup> (*hōben*; Sanskrit: *upāya*) zur Erreichung des *Nirvāna* eben vermittels *eigenen* Vermögens. Unter den veränderten Bedingungen von *mappō* jedoch sei diese Vorgehensweise ungeeignet. Sie behindere vielmehr die Formierung eines wahren Glaubensbewusstseins. Der unbeirrbare Glaube (*shinjin*) an *tarikī*, i.e. die bedingungslose Errettung durch Buddha Amida, führe „ohne Umkehr“ (*futaiten*; Sanskrit: *avaivartika*) zur Buddhaschaft. Die Befreiung (*gedatsu*) müsse nicht erst durch Vertrauen hergestellt werden, sondern sie sei bereits gesichert. Weder *nenbutsu* noch irgendeine andere Anrufungsmethode müsse *tarikī* auslösen respektive Amidas „Mitgefühl“ (*hi*; Sanskrit: *karuṇā*) beschwören, *tarikī* sei immanent, Amidas unermessliche Fürsorge hielte den Menschen seit Anbeginn umschlossen. Amida symbolisiert mithin die ewige Buddha-Natur (*busshō*; Sanskrit: *buddhadhātu*), das allen Menschen innewohnende Erleuchtungspotential,<sup>53</sup> welches durch tiefste Glaubensüberzeugung zur Reifung gebracht wird. Glaubenspraxis wie das *nenbutsu* sei folglich kein Mittel Erlösung zu verdienen, sondern der Ausdruck hehrer Dankbarkeit gegenüber Amida. *Shinjin* bedeutet sich der eigenen Machtlosigkeit eingedenk, der heilswirksamen Barmherzigkeit Amidas zu unterwerfen. Anders als Hönen sieht Shinran einzig das rechte Glaubensbewusstsein – empfangen als gütige Gabe Amidas – als Schlüssel zur Hingeburt ins Reine Land. Shinran „entmythologisiert“ allerdings jenes wundersame Gefilde, erkennt im Reinen Land das „Land unserer Erleuchtung“.<sup>54</sup> *Sukhāvati* sei keine Zwischenwelt, wie sie so plastisch im Großen *Sukhāvativyūhasūtra* dargestellt wird, sondern der Zustand der Erleuchtung, kurzum *Nirvāna*; die Hingeburt als Krönung einer Bewusstseinswandlung, die Kulmination von *shinjin*. Das Reine Land zu betreten gleiche dem Erreichen des *Nirvāna*, die Begriffe seien verschieden, doch deren Bedeutung sei dieselbe, namentlich die Erleuchtung.<sup>55</sup> Der Einkehr ins Reine Land folge unverwehrt – Buddhaschaft transzendiere die Grenzen zwischen *Saṃsāra* und *Nirvāna* – die Rückkehr in unsere Welt, um sich im Geiste Amidas der Befreiung aller fühlenden Wesen anzunehmen (*gensō ekō*). Der Herausbildung des eigenen Heils-

---

51 Corless 1994: 264.

52 *Hōben* kennzeichnet im *Mahāyāna* die perspektivische Anwendung der buddhistischen Lehre je nach äußeren Erfordernissen.

53 Bloom 1999, 229.

54 Keel 1995, 160.

55 Vgl. Bloom 2007, 225-226.

bewusstseins förderlich sei das Erkennen der eigenen Unzulänglichkeit und den damit verbundenen Verfehlungen.<sup>56</sup> Eine diesbezügliche Äußerung Shinrans im *Tannishō* (*Klagen über Abweichungen*)<sup>57</sup> – eine zentrale Referenzstelle des *shin*-buddhistischen *akunin shōki*-Konzepts – hält prägnant fest (T2661: 83.0728c16-17): „Wenn schon ein guter Mensch [in das Reine Land] hingeboren werden kann, wie viel mehr nur ein schlechter Mensch!“<sup>58</sup> Shinran erklärt, dass insbesondere der schlechte Mensch (*akunin*) im Fokus des Bemühens (*shōki*) Buddha Amidas stünde. Er sei angesichts seines Verständnisses des eigenen Unvermögens vortrefflich geeignet, sich der festen Glaubensüberzeugung an *tariki* hinzugeben. Im Gegensatz dazu seien jene, die sich religiöser Eigenhilfe rühmen und auf dieser Basis Gutes bewirken (*jiriki sazen*) gegenüber dem Mitempfinden Amidas und letzten Endes dessen liebevoller Errettung blind.<sup>59</sup> Die „Sehenden“ hingegen pflegen innigste Dankbarkeit angesichts ihrer bevorstehenden Errettung, die in Form von „hehrer Tugend“ (*shitoku*) und „größtem Mitgefühl“ (*daihi*) gelebt werde. Das Bewusstsein dafür (*shinjin*) entwickle sich unmittelbar, als Augenblickserfahrung – in „einem Gedankenmoment“ (*ichinen*).

Diesen „Wandel des Herzens“ (*eshin*) herbeizuführen, war nun die Zielstellung der von Yoshimoto kennengelernten Praxis des *mishirabe*. Die ausübenden Personen stellten sich unter Auferlegung zahlreicher Entbehrungen einer „Selbsterforschung“ (*mishirabe*). Eingeschlossen in einem Raum sollten Hunger, Durst und Schlafmangel den Boden bereiten für eine intensive Auseinandersetzung mit dem bisherigen Leben, dem eigenen Tod und dessen vermeintlicher Konsequenz. In ihrer Selbstmarter und Heilsunwissenheit gebrandmarkt als „Kranke“ (*byōnin*) erhielten die Praktizierenden Begleitung von verschiedenen Personen, die *mishirabe* bereits erfolgreich gemeistert hatten, den so genannten „Pfleger“ (*kaigonin*). Durch Reflexionsimpulse in Form existentieller Fragen sollten diese die Entfaltung des Heilsbewusstseins der „Kranken“ unterstützen. Zentraler Bestandteil des *mishirabe* war ferner die Vergegenwärtigung interpersonaler Abhängigkeiten und damit einhergehend die Erkenntnis eigenen Unrechts. All dies sollte letztlich in *shin*-buddhistischer Manier auf Basis einer Erfahrung von Schlechtigkeit und Hilflosigkeit in die vollkommene Überzeugung (*shinjin*) einer Heilsgewissheit dank der

---

<sup>56</sup> Gemeint ist nicht etwa eine angeborene Sündhaftigkeit des Menschen im christlichen Sinne, vielmehr sind es die Umstände der Zeit – *mappō* – die das Schlechte des Menschen hervorkehre.

<sup>57</sup> Eine der Tradition nach von seinem Schüler Yuien (1222-1289) vorgelegte Sammlung an Aussprüchen Shinrans.

<sup>58</sup> 善人ナヲモテ往生ヲトク。イハンヤ悪人ヲヤ。

<sup>59</sup> Vgl. Dobbins 2012.

Errettung durch Buddha Amida münden. Die Grundstruktur des Naikan ist an dieser Stelle bereits klar ersichtlich. Es zeigt sich zum einen dieselbe Rollenaufteilung. Dem Praktizierenden (*naikansha*; ehemals: *byōnin*) steht eine begleitende Person (*shidōsha* oder *mensetsusha*; ehemals: *kaigo-nin*) gegenüber, die in beiden Fällen selbst Praxiserfahrung gesammelt haben muss. Zum anderen gleicht sich der rituelle Ablauf. Einer Phase in Zurückgezogenheit ausgeübter Innenschau folgt ein kurzer Abschnitt zusammenfassender Reflexion und thematischer Anleitung, im Naikan „Interview“ (*mensetsu*) genannt. Der Rahmen der Selbsterkundung erschöpft sich aus den Leitfragen. Naikan hebt sich im Grad der Formalisierung allerdings von *mishirabe* ab; ein striktes zeitliches Regiment ist einzuhalten und die Begleitung wird mehrheitlich von einer bestimmten Person für die Dauer der Praxis übernehmen. Darüber hinaus unterscheiden sich die beiden Praktiken in puncto Erfahrungsverbindlichkeit. Während *mishirabe* zum Gelingen die Heilsbesinnung respektive die Formierung von *shinjin* voraussetzte, entbehrt Naikan ein derartig beschaffenes Sollprinzip. Wurde die Heilserfahrung durch *mishirabe* nicht realisiert, so scheiterte der Praktizierende. In der Naikan-Praxis hingegen ist der sprichwörtliche Weg das Ziel.

Dem methodischen Selbstverständnis gemäß wird keine durch Naikan gewonnene Erfahrung als verstetigt erachtet. Einsichten müssen vielmehr durch wiederholte Innenschau kultiviert und ausgestaltet werden. Yoshimoto akzentuierte daher vielfach die Wichtigkeit von *nichijō naikan*, „täglichem Naikan“, was Hand in Hand gehen sollte mit *shūchū naikan*, also „intensivem Naikan“. Yoshimoto schließt dabei an an sein *mishirabe*-Verständnis eines *aktiv* zu bewahrenden „Selbst“-Bewusstseins, wendet sich sonach gegen dessen Irreversibilität, wie sie nach Shinran beispielsweise im Falle von *shinjin* gegeben sei. Ebenso ist die aus der Naikan-Praxis resultierende Erfahrung in ihrer Qualität nicht einzigartig, sondern wiederhol- und ausbaubar. Eine weitere Differenz zwischen *mishirabe* und Naikan betrifft die Schwerpunktsetzung des zu analysierenden Themenkatalogs. Im Rahmen beider Praktiken werden erstarrte moralische, soziale wie interpersonale Verständniskategorien durchleuchtet und revidiert, jedoch richtete *mishirabe* besonderes Augenmerk auf das Thema existentieller Vergänglichkeit. Der analytische Gegenstand des Naikan dagegen ist der Hintergrund und die Zusammensetzung der eigenen sozialen Existenz. Trotz unterschiedlicher Prämissen ist die Konklusion des Reflexionsprozesses indes dieselbe: *Schuld*. Das durch beide Praktiken erzielte neu entwickelte „Selbst“-Bewusstsein ist nichts anderes als ein „Schuld“-Bewusstsein, ein Schuldeingeständnis in Hinblick auf die aus zwischenmenschlichen Beziehungen geformte ver-

gangene Lebensführung; eine „soziale Schuld“<sup>60</sup> gewachsen aus dem fälschlichen Autarkieglauen eines dualistischen Selbst, aus buddhistischem Blickwinkel eine Folge angeborener Verblendung (*chi*). *Mishirabe* und Naikan schließen auf dieselbe Genese, ziehen dasselbe Fazit und leiten den gleichen Handlungsauftrag daraus ab: die Anerkennung eigener Schuldhaftigkeit und den Willen zu einem positiven Wandel. Mag die funktionale Abfolge konvergieren, so ist das Sprachbild ein allerdings ganz und gar anderes. Die Nüchternheit Naikan-spezifischer Terminologie bildet eine kontextuelle Demarkationslinie. Das offenkundig religiöse Moment soll dadurch formal auf Distanz gehalten werden. Einschlägig religiöse Begrifflichkeiten und konzeptionelle Einbettungen, obwohl hie und da in Reden und Schriften eingestreut, galt es für Yoshimoto in der Regel zu vermeiden. Das Gros des Naikan-Diskurses sollte dieser Vorgabe folgen. Die für die *Jōdo Shinshū*, so auch für *mishirabe*, identitätsschaffende soteriologische Funktion Buddha Amidas spielt in Theorie und Praxis des Naikan heute keine Rolle. Eindeutige Verweise selbst zu zentralen buddhistischen Konzepten fehlen gemeinhin, ganz zu schweigen von *shin*-buddhistischen Kernbegriffen wie etwa *jōdo*, *shinjin* oder *tariki*. Yoshimoto, bemüht um erhöhte Zugänglichkeit und in Berücksichtigung des laizistischen Verwaltungsdukts, hat nach und nach merklich religiöses Vokabular aus der Handlungslexik und dem Interpretationsspektrum des Naikan verbannt: die anfänglich noch artikuliert Amida-bezogene Heilserfahrung wich genauso wie auch letztlich der Nachdruck des *bushō*-Gedankens. Yoshimoto entledigte sich religiösem Beiwerk; die grundlegende Idee oder den funktionalen Charakter aber bewahrte er. Selbst als er späterhin in einer viel zitierten Stelle ausdrücklich feststellte, es handle sich bei Naikan um eine reine „Reflexionsübung“ (*hansei no renshū*) ohne Bezug zu Übernatürlichem oder zu bestimmtem religiösen Textgut, verhehlte er keineswegs religiöse Reminiscenzen im Naikan-Diskurs: Naikan befasse sich keineswegs nicht, sondern nur „*kaum* [Kursivsetzung vom Verfasser] mit Dingen hinsichtlich Buddhas Barmherzigkeit und Errettung“.<sup>61</sup> Yoshimotos erkennbar religiöse Orientierung sowie die ursprünglich *shin*-buddhistische Kulisse des Naikan prägen zwar das allgemeine Verständnisrepertoire, sind aber nicht so markant als dass sie nicht auch Lesarten fern religiöser Bezüglichkeit erlaubten. Das Naikan-Idiom heute stellt sich im Kern weltanschaulich neutral dar, lässt sich daher entsprechend mühelos kontextualisieren. „Katholisches Naikan“,<sup>62</sup> „zen-artiges Naikan“,<sup>63</sup> Naikan in

---

<sup>60</sup> Vgl. Shimazono 2015, 157-159.

<sup>61</sup> Yoshimoto 1997, 188.

[...] 仏の慈悲や救済についてのことはほとんど言わず。

<sup>62</sup> Vgl. Terao 2015.

einem esoterischen Rahmen oder aber Naikan als rein psychotherapeutische Methode mit umfangreichem Einsatzgebiet wie der Strafvollzug oder die Psychiatrie (speziell: Suchtmedizin), sind die Folge. Naikan wird in diesem Sinne bisweilen als „vorreligiöse Erfahrung“ definiert, die ohne an der Basis religiös verortet zu sein, als Mittel religiöser Selbstkultivierung oder, davon losgelöst, prosaischer Selbstsuche dienen kann.<sup>64</sup> (Die Funktionalität des Naikan, so sehr sie ihre semantischen Vorzeichen wechseln kann, gründet sich dennoch auf einer fixen Syntax. Diese ist das (*shin-*) buddhistische Erbe des Naikan.

Zumindest drei ineinander verflochtene Themen können hier als zentrale Eckpunkte genannt werden. Zunächst die fundamentale Bedeutung des (1) *tariki*-Gedankens. Auf den ersten Blick scheint die Verknüpfung von Naikan zum Konzept der „Anderen Kraft“ äußerst unklar. Der Praktizierende vollziehe schließlich die Innenschau (*naikan*) als Eigenleistung (*jiriki*). Die Naikan-Praxis rückt diese Eigenleistung, die Rolle des Selbst schlechthin, allerdings in ein neues Licht. Der Praktizierende überwindet *Eigensinn*, es gelingt ihm seine Ich-Bezogenheit abzulegen und die Relationalität des Selbst vor der Folie von *pratītyasamutpāda*, der Erkenntnis des „bedingten Entstehens“ jeglichen Seins, zu begreifen. Er lernt sich als Produkt seiner (engsten) sozialen Umwelt kennen, versteht seine Existenz und sein Werden als Sammlung von Abhängigkeiten. Man *war, ist* und *wird sein* durch die Kraft Anderer, kurz *tariki*. Dem Bewusstsein existentieller Abhängigkeit entspringt das Gefühl eigener Hilflosigkeit. Eine Ohnmacht, die in (2) Schuld und zugleich (3) tiefste Dankbarkeit resultiert. Heilseinsicht nach *shin*-buddhistischer Anschauung setzt sich aus „zweierlei Arten tiefen Glaubens“ (*nishu jinshin*) zusammen: einerseits die Gewissheit eigener karmischer Schlechtigkeit und damit verbundenem Heilsversagen, andererseits der Glaube an Amidas Gelübde und das darin emphatisch ausgedrückte Heilsversprechen. Das Bewusstsein eigener samsarischer Verdorbenheit und unzureichenden Erleuchtungsbefindens gleicht einem umfassenden Schuldeingeständnis und bekundet genuine Hilfsbedürftigkeit. Naikan erwirkt gleichermaßen eindringliches Schuldempfinden gründend auf einem Bekenntnis existentieller Bedingtheit. Diese verkennend manifestiert sich ein Gefühl der Selbstverständlichkeit von Zuwendung und Gunst, das ein grundsätzlich ohnehin – aus biologischen Gründen – a priori gegebenes ethisches Ungleichgewicht intensiviert. Gebotene Würdigung respektive Erwidierung werden negiert, die eigene Rolle im zwischenmenschlichen Geschehen verabsolutiert. Moralischer Isolierung folgt eine Vielfalt an moralischem Übel. Naikan vermag nun jene aus Unwissen entstandene

---

<sup>63</sup> Vgl. Reynolds 1983.

<sup>64</sup> Vgl. Ozawa-de Silva und Ozawa-de Silva 2010, 154.

Egozentrik aufzudecken, das Zusammenspiel basaler Abhängigkeiten zu eruieren<sup>65</sup> und – wie viele Praktizierende berichten – Klarblick und Wertschätzung im Rahmen der natürlichen wie sozialen Umwelt (fallweise auch darüber hinaus) zu schaffen. Kernstück der Läuterung ist eine Schuldeinsicht, das Gewissen begangenen Fehlverhaltens, die Anerkennung nicht vergoltenen Wohlwollens. Es enthüllt sich ein tief empfundenes Schuldgefühl eigener Schlechtigkeit (*akunin*) im Umgang mit anderen – als Ausgangspunkt insbesondere einem selbst nahe stehenden – Menschen.<sup>66</sup> Eine allseitige Dankbarkeit wie Dankverpflichtung (*hōon*) stellt sich ein, getragen durch erinnertes Mitgefühl und erfahrene Reue. Naikan erforscht Leerstellen in zentralen interpersonalen Beziehungen und ermittelt unbewusst empfangene Hilfeleistung und Zuneigung, aus dem sich Dankbarkeit erschließt. Es ist Dankbarkeit in Anbetracht unerkannter Fürsorge und allgemein gegenüber der formativen Kraft (*tariki*), die die Ausbildung und Entwicklung der gelebten relationalen Identität *qua* Ich-Identität maßgeblich orchestriert. Das Erfahren existentieller wie sozialer Einbindung und Interdependenz, die Wahrnehmung zuteil gewordener zwischenmenschlicher Wärme ruft ein Verantwortungsgefühl hervor,<sup>67</sup> ein Ethos dankenden moralischen (Zurück-)Gebens, eine moderne Gewandung des Shinranschen (von Shandao übernommenen) Diktums *jishin kyōninshin* (wörtlich: „den eigenen Glauben anderen lehren“) im Sinne des Teilens der eigenen Erleuchtungserkenntnis als Aufruf zu ethischem Handeln. Nach *shin*-buddhistischem Vorbild rührt Tugend respektive sittliches Tun aus einer an eine Selbsttranszendierung gekoppelten Dankbarkeit, was auch für Naikan gilt: Moralische Regsamkeit erwacht aus einem, einem neuen „Selbst“-verständnis kraft emotionaler, ja „spiritueller“ Entzückung entsprungenen, Dankgefühl. Naikan ist Mittel und Prozess einer Selbsttransformation, deren allozentrischer Effekt sich in konzentrischen Kreisen nach außen erstreckt: Familie – Freunde – Gesellschaft/(Um-)Welt. Im *shin*-buddhistischen Deutungsrahmen kann die Hingeburt ins Reine Land Buddha Amidas schlicht als eine veränderte Geistesauffassung betrachtet werden. Einen solchen ganzheitlichen Sinneswandel zieht, anschließend an *mishirabe*, auch Naikan nach sich.

Der Errettungsgedanke (*sukui*) an Amida, wie in *mishirabe* noch an zentraler Stelle befindlich, reduziert sich in Naikan auf die Vorstellung psychischer Heilung (*iyashi*) und, im Gefolge dieser, aufkeimenden Lebensglücks (*kōfuku*).<sup>68</sup> Naikan leitet einen Heilungsprozess ein, bewirkt eine

<sup>65</sup> Vgl. Ozawa-de Silva 2007.

<sup>66</sup> Vgl. Unno 2006, 162.

<sup>67</sup> Vgl. Van Waning 2009, 269.

<sup>68</sup> Vgl. Shimazono 2015.

Heilung sozialer, perzeptiver und identifikatorischer Bruchstellen. Gefestigt durch ein neues Selbst- und Weltbild vermag der Praktizierende zuvor ungekannte Zufriedenheit zu erfahren. „Heilung“ bezeichnet im Kontext einer Lebenswirklichkeit den Übergang von Unglück (*fukō*) zu Glück, eine funktionale Folge wie sie insbesondere in der innerweltlichen Soteriologie zahlreicher neuer religiöser Bewegungen (*shinshūkyō*) – buddhistischer wie nicht-buddhistischer – in Erscheinung tritt. Etliche dieser Gruppen weisen zudem merkliche heil(ung)smethodische wie verständnistheoretische Parallelen zu Naikan auf. Gemeinsamkeiten finden sich vor allem in der funktionalen Ausrichtung ritueller Praktiken (sei es Gebet, Meditation oder Rezitation etc.) respektive ethisch-religiöser Handlungsanweisungen. Gleich Naikan gilt es darin eine fest eingewurzelte idiozentrische Denkungsart zu korrigieren, um sich und seine Umwelt in Harmonie zu begreifen. Ferner finden sich vereinzelt auch Schuldaufarbeitung und/oder soziale wie existenzielle Dankbarkeit als Matrix moralischen Engagements. Die vielen funktionalen Berührungspunkte mit Naikan und dessen grundsätzliche Deutungsoffenheit, lassen Gläubige individuell oder mitunter ganze Gemeinschaften Naikan in ihren Praxiskanon integrieren, wie beispielhaft geschehen bei den neuen religiösen Bewegungen GLA (=God Light Association; gegründet: 1969)<sup>69</sup> und *Hikari no Wa* („Kreis des Lichts“; gegründet 2007).

Durch Glaubenspraxis erlangtes psychisches oder „spirituelles“ Wohlbefinden wird in der Anschauungswelt neuer religiöser Bewegungen (und darüber hinaus) häufig mit der Zunahme materiellen und sozialen Glücks aber auch physischer Gesundheit verknüpft, allesamt Komponenten, die gemeinhin unter dem Begriff des „diesseitigen Nutzens“ (*genze riyaku*) gelebter Religiosität zusammengefasst werden. Auch Naikan stellt, wenngleich traditionell nicht in allzu expressiver Verbindlichkeit, den Anspruch als Initialzündler diesseitigen Nutzens fungieren zu können. Die durchweg offen deklarierte Diesseitsverbundenheit des Naikan entspricht schlechthin der allgemeinen Diesseitsorientierung neuer Religiosität in Japan, der eben speziell durch den Fokus auf *genze riyaku* Ausdruck verliehen wird. Gleich Japans neuer religiöser Bewegungen handelt es sich bei Naikan um eine spezifische soteriologische Äußerung im Lichte des weltanschaulich-kulturellen Bedürfnishorizonts der Moderne. Shimazono spricht in diesem Zusammenhang von Naikan als einen durch die Verschränkung mit wissenschaftlichem Denken rationalisierten Typus von Religion.<sup>70</sup> Eine bestimmte Ausprägung fußt auf durchaus gängigen in einem Reservoir modern-religiöser Formensprache enthaltenen funktionalen und interpretatorischen Parametern.

---

<sup>69</sup> Vgl. Reynolds 1983, 46-47.

<sup>70</sup> Shimazono 2015, 160-161.



Der Farbschatz des Naikan-Narrativs entstammt wiederum einer *shin*-buddhistischen ideologischen Nomenklatur. Naturgemäß umschließt dieses auch Topoi, die konventionell anderen das geistige Milieu Japans prägende Traditionen zugerechnet werden, allen voran Konfuzianismus und Shintō. So erkennt Murase in letzterem gar die eigentliche axiologische Wiege des Naikan.<sup>71</sup> Sie bündelt sich in *sunao*, eine in der japanischen Kultur im zwischenmenschlichen Kontext gewünschte und mit unterschiedlichen Qualitäten besetzte Verhaltensweise. *Sunao* als zentrale kulturpsychologische Vokabel vereint in sich Attribute wie auf Rechtschaffenheit vertrauende Ergebenheit, Bescheidenheit, natürliche Aufrichtigkeit und Konvivalität, Tugenden, die die Naikan-Praxis durch eine erinnernde Rückführung vor allem entlang der Mutter-Kind-Beziehung zu entwickeln suche. Murase erkennt in *sunao* den ethischen (und im weiteren Sinne wohl soteriologischen) Angelpunkt shintōistischer oder einer vielmehr urjapanischen Reinheits- respektive Harmonievorstellung betreffend den Einzelnen gegenüber seiner sozialen wie natürlichen Umwelt, ein Denkmuster, das sich eindeutig in Naikan manifestiere.

Der Naikan in der Tat zugrunde liegende Harmoniegedanke erlaubt überdies eine Brücke zur konfuzianischen Tradition zu schlagen. Das Harmoniebestreben (Chinesisch: *he*; Japanisch: *wa*) ist der Nabel konfuzianischer Orthopraxis, wertgehalten durch die Internalisierung eines reichhaltigen Tugendkatalogs, den es gilt durch soziale Partizipation zu kultivieren und in Wort und Tat zu kommunizieren. Das Selbst im Konfuzianismus jongliert eine Reihe an funktionalen Identitäten (Elternteil, Kind, Subalterne, etc.) und bewegt sich dabei stetig in einem Netz an Beziehungen (Elternteil ↔ Kind, Vorgesetzter ↔ Subalterne, etc.) (*wulun*; Japanisch: *gorin*). Die korrekte Entsprechung der jeweils einzunehmenden Rolle – ein Hauptanliegen der konfuzianischen Lehre im Rahmen der Aufforderung „Bezeichnungen richtig zu stellen“ (*zhengming*; Japanisch: *seimei*) – regelt sich durch sittliche Konvention (*li*; Japanisch: *rei*), die ihrerseits getragen wird durch adäquates tugendhaftes Verhalten wie jenem kindlicher Ergebenheit und Zuneigung (*xiao*; Japanisch: *kō*). Die konfuzianische Kardinaltugend der Mitmenschlichkeit (*ren*; Japanisch: *jin*) definiert sich durch „Selbstüberwindung und Rückkehr zur Sittlichkeit“<sup>72</sup>, der Garant für Frieden und Harmonie in Familie, Gesellschaft und Welt.

---

<sup>71</sup> Vgl. Murase 1982.

<sup>72</sup> 克己復禮為仁。Lunyu 12.1.

Aus der Perspektive des Naikan<sup>73</sup> beruht kollektive Harmonie gleichermaßen auf der Soziabilität und Harmonie des Individuums. Das Selbst ist fundamental ein soziales Selbst, verwoben in einer wechselnden Konstellation von Abhängigkeiten und Beziehungen. Eine zufriedene Lebensführung bedarf einer Abkehr von Selbstzentriertheit und der Anerkennung interpersonaler moralischer Verpflichtungen (*li*). Gleichwie im Konfuzianismus bildet der soziale Raum (*tarik*) das Terrain einer Selbstkultivierung. Die Naikan-Praxis ermöglicht den Blick auf dessen Anatomie und berichtigt (*zhengming*) die eigene Fehldeutung der Beschaffenheit zwischenmenschlicher Beziehungen. Das Bewusstsein erhaltener (speziell elterlicher) Pflege und Zuneigung setzt ein Gefühl von Dankspflicht (*xiao*) frei, die ihrerseits in Form von Zuneigung zurückwirkt. Die konfuzianische Tradition wie auch Naikan streichen essentiell die Wichtigkeit der sozialen Sphäre hervor als Mechanismus von Selbstreflexion und Selbstharmonisierung, dem Anfangspunkt altruistischen Einflusses auf die Welt.

Naikan hat respektive erlaubt zahlreiche Querverbindungen zum religiösen Kosmos Japans. Ozawa-de Silva spricht dabei treffend von einem Diskurs „ökumenischer Spiritualität“.<sup>74</sup> Die Semantik des Naikan ist modellierbar, lässt sich in unterschiedliche Schablonen gießen, kann als Methode (*naikanhō*) religiöser Befreiung, Übung „spiritueller“ Innenschau aber auch als rein therapeutische Praxis (*naikan ryōhō*) gelesen werden. Religiöse Identität ist immer Definitionssache, Trennlinien sind unscharf, Kriterien und Zugänge verschieden. Die funktionale Dimension des Naikan, wie in diesem Beitrag dargestellt, verweist jedenfalls auf ein innerweltlich-soteriologisches Paradigma wie nicht unüblich in dezidiert religiösen Vorstellungswelten im ostasiatischen Kontext. Die Einbeziehung der Genese und ein Blick auf die Morphologie, d.h. das formgebende rituale, experientielle und ethische Arrangement und die gegenwärtige institutionell-diskursive Konkretisierung<sup>75</sup> bekleiden die religiöse Syntax auch mit einer sachgerechten äußeren Gestalt, machen Naikan zu einer im Kern religiös angelegten Praxis.

---

<sup>73</sup> Vgl. McCann 2011.

<sup>74</sup> Ozawa-de Silva 2006, 163.

<sup>75</sup> Vgl. Smart 1997.

### 3 Glossar

Akunin 惡人	Engi 緣起
Akunin shōki 惡人正機	Ennin 円仁
Amida 阿弥陀	Enryakuji 延暦寺
Amidakyō 阿弥陀經	Eon 慧遠
Amituo 阿彌陀	Eshin 回心
Amituo jing 阿彌陀經	Fa 法
Bailian she 白蓮社	Fazang 法藏
Banzhou sanmei jing 般舟三昧經	Fujikawa Yū 富士川游
Bishamonten 毘沙門天	Fukō 不幸
Bodai 菩提	Fuse 布施
Bosatsu 菩薩	Futaiten 不退轉
Bukkoku 仏国	Gedatsu 解脱
Bukkokudo 仏国土	Gedatsukai 解脱会
Bussetsu 仏刹	Genshin 源信
Busshō 仏性	Gensō ekō 還相回向
Butsuo 仏土	Genze riyaku 現世利益
Butsugo 仏語	Gō 業
Byakurensa 白蓮社	Gokuraku 極樂
Byōnin 病人	Gorin 五倫
Chan 禪	Guan Wuliangshou jing 觀無量壽經
Chan zong 禪宗	Guan Wuliangshoufo jing shu 觀無量壽佛經疏
Chanding 禪定	Han 漢
Chi 癡	Hanju zanmaikyō 般舟三昧經
Chiekō 千惠光	Hansei (naikan) 反省(内觀)
Chigi 智顛	Hansei no renshū 反省の練習
Dafangdeng daji jing 大方等大集經	Hasshōdō 八正道
Daihi 大悲	He 和
Daihōdō daijukyō 大方等大集經	Heian jidai 平安時代
Daijō 大乘	Hempō 變法
Daochuo 道綽	Hi 悲
Dō 道	Higashi Honganji 東本願寺
Dōjō 道場	Hikari no Wa ひかりの輪
Donran 曇鸞	Hō 法
Dōshaku 道綽	Hōben 方便
Edo 江戸	Hōmidō shirube 法味道シルベ
Eikū 睿空	Hōnen 法然
Eisai 栄西	Hongan 本願
Ekō 回向	Honganji 本願寺
Engei gakkō 園芸学校	

Honganji-ha 本願寺派  
Hōon 報恩  
Hōzō 法藏  
Huayan jing 華嚴經  
Huiyuan 慧遠  
Ibusuki 指宿  
Ibusuki Takemoto Byōin  
指宿竹元病院  
Ichinen 一念  
Iyashi 癒し  
Jiangxi 江西  
Jile 極樂  
Jin 仁  
Jin 晉  
Jingtu 浄土  
Jingtu lun 浄土論  
Jingtu sanbu jing 浄土三部經  
Jingtu zong 浄土宗  
Jiriki 自力  
Jiriki sazen 自力作善  
Jishin kyōninshin 自信教人信  
Jishō 自性  
Jōdo 浄土  
Jōdo sanbukyō 浄土三部經  
Jōdo Shinshū 浄土真宗  
Jōdo Shinshū Honganji-ha  
浄土真宗本願寺派  
Jōdokyō 浄土教  
Jōdoron 浄土論  
Jōdoshū 浄土宗  
Jū 集  
Jūjikyō 十地經  
Jūjū bibasharon 十住毘婆沙論  
Jukeisha 受刑者  
Juki 授記  
Kagoshima 鹿児島  
Kahō 果報  
Kaigonin 介護人  
Kakunyo 覚如  
Kakushinni 覚信尼  
Kanmuryōjukyō 観無量寿經  
Kanmuryōjubutsukyōsho  
観無量寿仏経疏

Katsuai 湯愛  
Kegongyō 華嚴經  
Ken jōdo shinjitsu kyōgyōshō  
monrui 顕浄土真実教行証文類  
Kibe 木部  
Kinshokuji 錦織寺  
Kinshokuji-ha 錦織寺派  
Kō 孝  
Kōfuku 幸福  
Komatani Teishin 駒谷諦信  
Konju hōshō 紺綬褒章  
Kōriyama 郡山  
Ku 苦  
Kū 空  
Kyōgyōshinshō 教行信証  
Kyōkaishi 教戒師  
Kyōto 京都  
Kyūsei shinpō 救世真法  
Li 禮  
Linji 臨濟  
Lunyu 論語  
Lushan 廬山  
Mappō 末法  
Meiji jidai 明治時代  
Meiwaku kaketa koto  
迷惑かけたこと  
Mensetsu 面接  
Mensetsusha 面接者  
Metsu 滅  
Miaofa lianhua jing 妙法蓮華經  
Midō 御堂  
Miki Yoshihiko 三木善彦  
Mikkyō 密教  
Mishirabe 身調べ  
Mofa 末法  
Morikawa Kinuko 森川キヌ子  
Morikawa sangyō yūgengaisha  
森川産業有限会社  
Morikawa Zenkichi 森川善吉  
Mu 穆  
Muga 無我  
Mumyō 無明  
Muryōjukyō 無量寿經

Muryōjukyō ubadaisha ganshōge  
無量壽經優婆提舍願生偈  
Myōhōrengekyō 妙法蓮華經  
Naikan 内観  
Naikan dōjō 内観道場  
Naikan Gakkai 内観学会  
Naikan genpō 内観原法  
Naikan kenshūjo 内観研修所  
Naikan Konwakai 内観懇話会  
Naikan kyōiku kenshūjo  
内観教育研修所  
Naikan no hō 内観の法  
Naikan ryōhō 内観療法  
Naikanhō 内観法  
Naikanji 内観寺  
Naikansha 内観者  
Namu Amidabutsu 南無阿弥陀仏  
Nara 奈良  
Nara Naikan kenshūjo  
奈良内観研修所  
Nehan 涅槃  
Nenbutsu 念佛  
Nianfo 念佛  
Nichijō naikan 日常内観  
Nihon Naikan Gakkai  
日本内観学会  
Nihon Naikan Kenshūjo Kyōkai  
日本内観研修所協会  
Nippon Hōsō Kyōkai  
日本放送協会  
Nishi Honganji 西本願寺  
Nishimoto Taikan 西本諦観  
Nishu jinshin 二種深信  
Ōbaku 黄檗  
Ōjō 往生  
Ōjō yōshū 往生要集  
Ōjōron 往生論  
Ōsaka 大阪  
Pusa 菩薩  
Ranju hōshō 藍綬褒章  
Rei 礼  
Ren 仁  
Rennyō 蓮如

Rinne 輪廻  
Rinzai 臨濟  
Ritsu 律  
Ryōhō 療法  
Ryōnin 良忍  
Ryūju 龍樹  
Saichō 最澄  
Seimei 正名  
Sejizaiō butsu 世自在王仏  
Senchaku hongan nenbutsushū  
選択本願念仏集  
Senchakushū 選択集  
Senju nenbutsu 専修念仏  
Seshin 世親  
Shakamuni butsu 釈迦牟尼仏  
Shandao 善導  
Shidai 四諦  
Shidi jing 十地經  
Shidōsha 指導者  
Shiga 滋賀  
Shinjin 信心  
Shinran 親鸞  
Shinshū Bukkōji-ha 真宗佛光寺派  
Shinshū Izumoji-ha 真宗出雲路派  
Shinshū Jōshōji-ha 真宗誠照寺派  
Shinshū Kibe-ha 真宗木辺派  
Shinshū Kōshō-ha 真宗興正派  
Shinshū kyōdan rengō  
真宗教団連合  
Shinshū Ōtani-ha 真宗大谷派  
Shinshū Sanmonto-ha  
真宗三門徒派  
Shinshū Takada-ha 真宗高田派  
Shinshū Yamamoto-ha  
真宗山元派  
Shinshūkyō 新宗教  
Shintō 神道  
Shinzen shingo 信前信後  
Shishōdai 四聖諦  
Shite kaeshita koto  
して返したこと  
Shite moratta koto  
してもらったこと

Shitoku 至徳  
Shizhu piposha lun 十住毗婆沙論  
Shizizaiwang fo 世自在王佛  
Shōbō 正法  
Shōjōbukkukudo 清淨仏国土  
Shōki 正機  
Shūchū naikan 集中内観  
Shūkyō hōjinhō 宗教法人法  
Shūsho iki 周書異記  
Sōtō 曹洞  
Sukui 救い  
Sunao 素直  
Taikan-an 諦観庵  
Takemoto Takahiro 竹元隆洋  
Tali 他力  
Tanluan 曇鸞  
Tannishō 歎異抄  
Tariki 他力  
Tēma テーマ  
Ten'andō 天安堂  
Tendai 天台  
Tendaishū 天台宗  
Tiantai 天台  
Tiantai zong 天台宗  
Wa 和  
Wangshen lun 往生論  
Wuliangshou jing 無量壽經  
Wuliangshou jing youpotishe  
yuansheng ji  
無量壽經優婆提舍願生偈  
Wulun 五倫  
Xiangfa 像法  
Xiao 孝  
Yamatokōriyama 大和郡山  
Yasu 野洲  
Yatayama 矢田山  
Yoshimoto 吉本  
Yoshimoto Chieko 吉本千工子  
Yoshimoto Ihachi 吉本伊八  
Yoshimoto Inobu 吉本伊信  
Yoshimoto Ishin 吉本伊信  
Yoshimoto Naikan 吉本内観  
Yoshimoto Yukie 吉本ユキ工

Yuien 唯円  
Yūzūnenbutsushū 融通念仏宗  
Zen 禅  
Zendō 善導  
Zenshū 禅宗  
Zhengfa 正法  
Zhengming 正名  
Zhiyi 智顛  
Zhou chao 周朝  
Zhoushu yiji 周書異記  
Zili 自力  
Zōhō 像法