Lukas Pokorny - Naikan aus religionswissenschaftlicher Perspektive[1]

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* („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. Jhdt. v.u.Z.), des historischen Buddha, seinen Ausgang nahm. Ideengeschichtlich ließe sich Naikan zudem als vorläufiger Schlusspunkt einer „Psychologisierung" (Reynolds 1983: 87) amidistischen Gedankenguts fassen, was im gegenständlichen Fall in ein merkliches Verblassen religiöser Konturen mündete.

Im Japanischen – und parallel dazu in vornehmlich englischsprachiger Literatur – ist Naikan häufig ein Definiens beigesellt: *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.[2] 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 *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

---

[1] [1] Aus: Wolfram Reiss (Hg.) „Selbstbetrachtung hinter Gittern". Mit freundlicher Genehmigung des Tectum-Verlages. Mit leichten Modifikationen

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.

[2] Eigentlich Yoshimoto Inobu. Ishin war Yoshimotos Schriftstellername, den dieser in späteren Jahren als Vorname führte. Die biographische Skizze folgt im Umriss Yoshimoto 1997.

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,[3] 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*[4]-Priester, Nishimoto Taikan, verschrieben sich die Anhänger der *Taikan-an* („Klause 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 Reines 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.[5] Fest steht, dass Nishmotos Schüler Komatani Teishin (gest. 1945) nach Ableben der Gründerwitwe, *Taikan-an* 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 Entbehrungen der Übung – Nahrungs-, Wasser- und Schlafentzug – am dritten Tag zur Aufgabe. Zwei

[3] Kinukos Vater war der Bruder der Ehefrau eines älteren Bruders Yoshimotos.

[4] *Nishi Honganji* („Westlicher Tempel des Urgelübdes") ist der in Kyōto gelegene Haupttempel der *Jōdo Shinshū Honganji-ha*, des größten Flügels innerhalb der *Jōdo Shinshū*.

[5] 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.

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 Düngemittelfirma 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. Willens 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 Yūgengaisha*) 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 doktrinelle wie praxisbezogene 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 Heilserlebnisse der *byōnin* zeigte.[6] 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"),[7] das bereits wesentlich die Struktur und das Kolorit späterer Naikan-Praxis[8] aufwies. Zwei zentrale Aspekte, die Yoshimoto noch einbringen sollte waren zunächst die Tilgung explizit religiöser Bezüglichkeit in Terminologie und Kontext; hiernach die Artikulation dreier Leitthemen (*tēma*),[9] 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

---

[6] *Byōnin*, zu Deutsch „Kranker", war die Bezeichnung innerhalb *Taikan-an*s für jene Person, die sich *mishirabe* unterzog.

[7] 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 (cf. Satō 1972).

[8] Naikan hat im Grunde nie eine eigentliche Standardisierung erfahren. Gegen eine solche hatte sich Yoshimoto stets ausgesprochen, da er die Adaptabilität 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 (cf. Ozawa-de Silva 2006: 149-152).

[9] 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.

Betriebsgebäude seines Handelsunternehmens schwer (März),[10] sondern kosteten auch seinem Lehrer, Komatani Teishin, knapp ein 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 Promotion und Begleitung des Naikan. Dazu eröffnete er in seiner Heimatstadt Yamatokōriyama das *Naikan Dōjō*,[11] das er im August 1955 unter dem „Gesetz betreffend religiöse Körperschaften" (*shūkyō hōjinhō*) als mit dem Kibe-Flügel (*Shinshū Kibe-ha*) der *Jōdo Shinshū* affiliierten „Naikan-Tempel" (*Naikanji*) registrieren ließ.[12] Schon um 1950 wurde Yoshimoto als Mönch in der Tradition der *Shinshū Kibe-ha* zertifiziert.

März 1954 läutete den Siegeszug des Naikan im japanischen Vollzugswesen ein. Unter Mitwirkung eines christlichen Pastors und dessen Frau wurde Yoshimoto

---

[10] 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).

[11] Wie in anderen japanisch-buddhistischen Traditionen ist der Begriff *dōjō* ebenso in der *Jōdo Shinshū* gebräuchlich und verweist dort seit frühester Zeit auf einen (zumeist privat geführten und selbstorganisierten) religiösen Versammlungsort (für Laienkongregationen) (cf. 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).

[12] 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), Prefäktur 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 zusammeneilenden 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).

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.[13] Bis 1959 förderten landesweit bereits 14 Gefängnisse und fünf Besserungsanstalten Naikan als Rehabilitationsmaßnahme, eine Zahl, die sich binnen drei Jahren (1962) verdoppeln sollte (Reynolds 1983: 52).[14] 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.[15] Die Praxis hielt (mit Unterbrechungen) weiterhin erfolgreich Einzug in zahlreiche Strafanstalten,[16] fand ebenso Eingang in akademische Zirkel, und erfreute sich insbesondere unter Medizinern, Psychologen und Pädagogen 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 (b. 1940) und Miki Yoshihiko (geb. 1941)[17] – die „Naikan Gesellschaft" (*Naikan Gakkai*; heute: *Nihon Naikan Gakkai*

---

[13] 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.

[14] 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 (cf. Takeda 1971: 146).

[15] In diese Zeit fällt beispielsweise auch der Zenit in Hinblick auf jährliche Klienten*innenzahlen 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 begleiteten Yoshimoto und seine Frau zusammen 578 *naikansha* (Yoshimoto 1997: 198).

[16] 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 (cf. 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.

[17] 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 (cf. 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) (cf. http://www.nara-naikan.jp/).

oder „Naikan Gesellschaft Japan“) gegründet, die seitdem alljährlich eine auch international frequentierte Fachtagung abhält.[18] Wie Ozawa-de Silva (2006: 9) festhält, lässt sich an der Teilnehmerschaft und Themenausrichtung der Konferenzen eine Entwicklung ablesen, die auf eine zunehmende „Respiritualisierung“ des Naikan-Diskurses verweist. 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 gebliebenen, Internationalisierung einsetzend in den 1970er Jahren. Erste Institutionalisierungen außerhalb Japans sollten schließlich in den 1980er und frühen 1990er Jahren in Österreich und Deutschland folgen.[19] 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,[20] 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 doch wiederholt, dass nicht er, sondern Shinran und Amida die Gründer des Naikan seien (Yoshimoto 1983: 44-45). 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 doktrinelle 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

[18] Für zahlreiche Hintergrundinformationen, cf. 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 Organisierung (und somit „Qualitätssicherung“) des Naikan in Japan bemüht ist.

[19] 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.

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

wurden (Williams 2009). In diesen innovativen Fassungen des *buddhavacana*[21] („Wort des Buddha"; *butsugo*) tauchen vereinzelt erstmals auch jene Komponenten auf, die die charakteristischen Eckpunkte der Reines 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 *Sukhāvatīvyūhasūtra*[22] (*Sūtra* [*vom Buddha*] *des Unermesslichen Lebens*) sowie das *Guan Wuliangshou jing*[23] (*Sūtra der Meditation* [*über den Buddha*] *des Unermesslichen Lebens*). Hinzu tritt ferner das *Pratyutpannabuddhasaṃmukhāvasthitasamādhisūtra*[24] (*Sūtra der meditativen Sammlung, in der einem die Buddhas der Gegenwart gegenübertreten*), das als entscheidend für die Formierung der chinesischen Reines Land-Schule (*Jingtu zong*) angesehen werden kann. Eine wesentliche Bedeutung besaß überdies frühe Kommentarliteratur, allen voran das *Daśabhūmikavibhāṣā*[25] (*Abhandlung über die Zehn Stufen*), das landläufig dem eminenten *Mahāyāna*-Gelehrten Nāgārjuna (2. Jhdt.) zugeordnet wird. Gleichermaßen einflussreich war das *Wuliangshou jing youpotishe yuansheng ji*[26] (*Kommentar zum Sūtra* [*vom Buddha*] *des Unermesslichen Lebens und zu den Versen über den Wunsch nach Hingeburt* [*ins Reine Land*]), dessen nicht überliefertes angebliches Original die Handschrift des zweiten großen Denkers des *Mahāyāna*, Vasubandhu (4. oder 5. Jhdt.), tragen soll.[27] Über Zentralasien sickerte der Buddhismus ab dem ersten Jahrhundert allmählich in

---

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

[22] Japanisch: *Muryōjukyō*; Chinesisch *Wuliangshou jing*. Die Sūtras stammen vermutlich aus dem dritten Jahrhundert. Das Kleine *Sukhāvatīvyūhasūtra* ist auch unter dem Titel *Amitābhasūtra* (Japanisch: *Amidakyō*; Chinesisch: *Amituo jing*) bekannt.

[23] Japanisch: *Kanmuryōjukyō*; 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.

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

[25] Japanisch: *Jūjū bibasharon*; Chinesisch: *Shizhu piposha lun*. Ein Kommentarband zum *Daśabhūmikasūtra* (*Sūtra der Zehn Stufen*; Japanisch: *Jūjikyō*; 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 Buddhaschaft.

[26] Japanisch: *Muryōjukyō ubadaisha ganshōge*; Sanskrit: *Sukhāvatīvyūhopadeśa*. Der Sanskrittitel ist wiederum rekonstruiert worden. Die zwei geläufigsten Kurztitel im Japanischen wie Chinesischen sind *Ōjōron* (*Abhandlung über die Hingeburt*; Chinesisch: *Wangsheng lun*) und *Jōdoron* (*Abhandlung über das Reine Land*; Chinesisch: *Jingtu lun*). Dieser wichtige chinesische Kommentartext zum Großen *Sukhāvatīvyūhasūtra* rührt aus dem frühen sechsten Jahrhundert.

[27] 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 Reines Land-Linie gekürt.

das *han*-zeitliche (206 v.u.Z.–220) China ein. Erste Spuren einer Auseinandersetzung mit Reines 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 Reines 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 Reines Land-Lehre (*Jōdokyō*) auch in Japan nachhaltig Fuß zu fassen. Wie in 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*[28] („Schule der Himmlischen Plattform") in Form der *Tendaishū*, installiert unter Saichō, das weitere Gedeihen der Amida-Verehrung in Japan.[29] 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" (Kleine 2011: 214) 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 Reines Land-Kult erstmals großflächig und

[28] Die *Tiantai zong* ist die erste Vertreterin 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.

[29] 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").

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*[30] („Schule des *Nenbutsu* 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[31] („Vergegenwärtigung des Buddha"; Chinesisch: *nianfo*). Hōnen sah sich in der Tradition Shandaos; nicht zuletzt soll die Lektüre dessen *Guan Wuliangshoufo jing shu* (*Kommentar zum Sūtra der Meditation über den Buddha des Unermesslichen Lebens*; Japanisch: *Kanmuryōjubutsukyōsho*) 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 *Jōdoshū* 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 Reines Land-Lehre den Rahmen der *Jōdo Shinshū* bildete, die sich – wiederum von Anhängern getragen – mit der Zeit als eigenständige Schultradition neben der *Jōdoshū* herausschälen sollte (cf. Dobbins 2002). 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,*

---

[30] 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 Reines Land-Tradition. Im Gegensatz zu *Jōdoshū* und *Jōdo Shinshū* befinden sich allerdings nicht die *Jōdo sanbukyō* im Mittelpunkt, sondern das *Lotos-Sūtra* sowie das *Avataṃsakasūtra* (*Blumengirlandensūtra*; Japanisch: *Kegongyō*; Chinesisch: *Huayan jing*), ein weiterer Schlüsseltext des Buddhismus in Ostasien.

[31] *Nenbutsu* ist die Übersetzung des Sanskritausdrucks *buddhānusmṛti*, im frühen Buddhismus eine kontemplative Übung in der sich der/die Praktizierende die Qualitäten des Buddha vergegenwärtigt. In der Reines 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 (cf. Andrews 1987).

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*), der als Heilsgarant wirke. Die Lehren Shinrans, die sich somit mehr noch als jene Hōnens 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 Kakunyo (1270–1351), eine dynastische Linie, mit dem *Honganji* („Tempel des Urgelübdes") als Hauptsitz. Der *Honganji*-Zweig wurde durch den achten Abt, Rennyo (1415–1499), zur Blüte gebracht und wandelte sich zur dominierenden Strömung innerhalb der *Jōdo Shinshū* (cf. Yasutomi 2006); 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

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" (Chervenkova 2014). Das „wahre Selbst" zu wecken ist der Brennpunkt des Naikan, dem trotz seiner *shin*-buddhistischen Provenienz, durchaus *zen*-buddhistische[32] Züge innewohnen. Dies lässt sich dadurch erklären, dass sowohl der Amidismus als auch *Zen* einem weithin *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

[32] 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*.

Grundkonzept von *pratītyasamutpāda* (*engi*), also dem „bedingten Entstehen“ als „relationales Selbst“ oder „soziales Selbst“ (Odin 1996: 8-9) 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 stehe, sich gegenseitig bedürfe. Das Sein und damit der Mensch seien daher „leer“ (*kū*; Sanskrit: *śūnya*), ohne „eigene Existenz“ (*jishō*; Sanskrit: *svabhāva*), was im konkreten Fall heißen will, dass der Mensch in ein fluides Gesamtsystem eingebunden sei, welches Identität verleihe. Das Selbst sei nicht wie durch Unwissen (*mumyō*; Sanskrit: *avidyā*) fälschlich angenommen autonom, es stehe vielmehr in einer unabdingbaren Wechselbeziehung zu seiner Umwelt. Naikan sucht nun eben jenes soziale Selbst zu entfalten, zentrovertierte Abschottung aufzulösen, letztlich „Selbst“-erkenntnis zu zeitigen. Die Innenschau auf Basis der drei von Yoshimoto formulierten Leitthemen soll gleichermaßen Versöhnung und „Ent-zweiung“ bewirken, eine Versöhnung von Subjekt und Objekt und somit die Entzweiung respektive Auftrennung jener dem eigenen Selbstverständnis 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 Durchdringung der „vier edlen Wahrheiten“[33] (*shishōdai*; Sanskrit: *catvāry āryasatyāni*) erschließt. In der klassischen Tradition bedeutet diese das Verlöschen (*nirvāṇa*) aus *Saṃsāra* („beständiges Wandern“; *rinne*), dem ewigen Kreislauf an Wiedergeburten, beruhend auf dem Erlöschen des Begehrens (*katsuai* Sanskrit: *taṇhā*). Das Begehren, wörtlich „Durst“, in seinen unterschiedlichen Ausformungen, sei die Wurzel der Leidhaftigkeit. Es perpetuiert den karmisch gespeisten Kausalnexus[34] und verstetigt Transmigration.

Durchwirkt von eschatologischem Denken lokalisiert die Reines Land-Lehre zwischen *Saṃsāra* und *Nirvāṇa* traditionell ein so genanntes „Buddhafeld“[35]

---

[33] Eigentlich „vier Wahrheiten [die dem geistig] Edlen [bewusst sind]“, im ostasiatischen Buddhismus daher oftmals schlicht als „vier Wahrheiten“ (*shidai*) bezeichnet. Diese markieren landläufig den Kern buddhistischer Glaubensvorstellung. Sie bekunden die Allgegenwart von „Leidhaftigkeit“ (*ku*; Sanskrit: *duḥkha*), 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 erforderlich sei.

[34] 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“ (*kahō*; Sanskrit: *vipāka*) respektive Resultat.

[35] Ein *Mahāyāna*-Konzept, das den Bereich eines bestimmten Buddha markiert, welcher bei dessen Erleuchtung erschaffen werde. Buddhafelder unterscheiden sich im Grad ihrer Reinheit. Die reinste

(*bussetsu*; Sanskrit: *buddhakṣetra*) namens *Sukhāvatī* (Japanisch: *gokuraku*; Chinesisch: *jile*). Dieser Ort „höchsten Glücks“ (*gokuraku*), jenseits von Saṃsāra, sei 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 (cf. Gómez 1996). Mit der Reines 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[36] 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 korrigiert 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 (Fischer 1976: 118; cf. Hubbard 2001). 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.[37]

Form, bar allem der Erleuchtung Hinderlichen, wird zumeist als „gereinigtes Buddhafeld“ (Sanskrit: *viśuddhabuddhakṣetra;* im Japanischen mit *shōjōbukkokudo* übertragen) bezeichnet, von welchem der dem ostasiatischen Buddhismus entwachsene Begriff „Reines Land“ (*jōdo*; Chinesisch: *jingtu*) vermeintlich als Abkürzung herrührt. Eine synonymisch gebrauchte Benennung ist „Buddhaland“ (*bukkokudo*, *bukoku* oder *butsudo*).

[36] *Vinaya* („Disziplin“; Japanisch: *ritsu*) ist das Regelwerk monastischer Gemeinschaften.

[37] Kalkuliert wurde gemeinhin in Rückgriff auf Ausführungen im *Mahāsaṃnipātasūtra* (*Sūtra der Großen Sammlung*; Chinesisch: *Dafangdeng daji jing*; Japanisch: *Daihōdō daijukkyō*). 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

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 virtuosesten 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 Reines Land-Tradition greift diese Überlegung auf und weist Buddha Amida jene heilsschaffende Funktion zu. Amidas Hintergrundgeschichte findet sich im Großen *Sukhāvatīvyūhasūtra*, 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 haben soll. Dharmākara habe eine Schau zahlloser Buddhafelder erbeten und deren hervorragendste Merkmale in der Vorstellung eines eigenen Buddhafelds gebündelt, welches er in einem 48 Schwüre umfassenden Bodhisattva-Gelübde beschrieben habe. 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).[38]

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

---

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 (cf. Blum 2002: 84).

[38] Spätere chinesische Fassungen des Großen *Sukhāvatīvyūhasūtra* 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 Reines Land-Exegese oftmals unberücksichtigt – so bei Hōnen (cf. Repp 2005: 396-397) – oder büßte ihre Gültigkeit ein wie etwa bei Shinran (cf. Dessì 2007: 41-42), der in ihr gleich Shandao eine Maßregel und keine heilseinschränkende Klausel sah.

gegangen und *Sukhāvatī* 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 (cf. Kuroda Institute 1998). 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 Spiritualität des *Vertrauens* in eine Spiritualität der *Unterwerfung*" (1994: 264). Shinran betont nachdrücklich die traditionell Tanluan zugesprochene Scheidung von „Eigener Kraft" (*jiriki*; Chinesisch: *zili*) und „Anderer Kraft" (*tariki*; Chinesisch: *tali*). *Jiriki* in der Form von Meditation, Textstudium oder rituellem Habitus sei ein „geschicktes Mittel"[39] (*hōben*; Sanskrit: *upāya*) zur Erreichung des *Nirvāṇa* 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 *tariki*, 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 *tariki* auslösen respektive Amidas „Mitgefühl" (*hi*; Sanskrit: *karuṇā*) beschwören, *tariki* 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 (Bloom 1999: 229), 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 Hōnen 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" (Keel 1995: 160). *Sukhāvatī* sei keine Zwischenwelt, wie sie so plastisch im Großen *Sukhāvatīvyūhasūtra* dargestellt wird, sondern der Zustand der Erleuchtung, kurzum *Nirvāṇa*; die Hingeburt als Krönung einer Bewusstseinswandlung, die Kulmination von *shinjin*. Das Reine Land zu betreten gleiche dem Erreichen des *Nirvāṇa*, die Begriffe seien verschieden, doch deren Bedeutung sei dieselbe, namentlich die Erleuchtung (cf. Bloom 2007: 225-

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

226). Der Einkehr ins Reine Land folge unverwehrt – Buddhaschaft transzendiere die Grenzen zwischen *Saṃsāra* und *Nirvāṇa* – die Rückkehr in unsere Welt, um sich im Geiste Amidas der Befreiung aller fühlenden Wesen anzunehmen (*gensō ekō*). Der Herausbildung des eigenen Heilsbewusstseins förderlich sei das Erkennen der eigenen Unzulänglichkeit und den damit verbundenen Verfehlungen.[40] Eine diesbezügliche Äußerung Shinrans im *Tannishō* (*Klagen über Abweichungen*)[41] – 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!"[42] 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 (cf. Dobbins 2012). 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 „Pflegern" (*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 Errettung durch Buddha Amida münden. Die Grundstruktur des Naikan ist an dieser Stelle bereits klar ersichtlich. Es zeigt sich zum einen dieselbe

[40] 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.

[41] Eine der Tradition nach von seinem Schüler Yuien (1222–1289) vorgelegte Sammlung an Aussprüchen Shinrans.

[42] 善人ナヲモテ往生ヲトク。イハンヤ惡人ヲヤ。

Rollenaufteilung. Dem Praktizierenden (*naikansha*; ehemals: *byōnin*) steht eine begleitende Person (*shidōsha* oder *mensetsusha*; ehemals: *kaigonin*) 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 übernommen. 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 solle 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 vergangene Lebensführung; eine „soziale Schuld" (cf. Shimazono 2015: 157-159) gewachsen aus dem fälschlichen Autarkieglauben 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 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 Verwaltungsduktus, hat nach und nach merklich religiöses Vokabular aus der Handlungslexik und dem Interpretationsspektrum des Naikan verbannt: die anfänglich noch artikulierte Amida-bezogene Heilserfahrung wich genauso wie auch letztlich der Nachdruck des *busshō*-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 Reminiszenzen im Naikan-Diskurs: Naikan befasse sich keineswegs nicht, sondern nur „*kaum* [Kursivsetzung vom Verfasser] mit Dingen hinsichtlich Buddhas Barmherzigkeit und Errettung" (Yoshimoto 1997: 188).[43] 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" (cf. Terao 2015), "zen-artiges Naikan" (cf. Reynolds 1983), Naikan in 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. (cf. Ozawa-de Silva und Ozawa-de Silva 2010: 154). 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

[43] [...] 仏の慈悲や救済についてのことはほとんど言わず。

Innenschau (*naikan*) als Eigenleistung (*jiriki*). Die Naikan-Praxis rückt diese Eigenleistung, die Rolle des Selbst schlechthin, allerdings in ein neues Licht. Der Praktizierende überwindet *Eigen*sinn, 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 Erwiderung werden negiert, die eigene Rolle im zwischenmenschlichen Geschehen verabsolutiert. Moralischer Isolierung folgt eine Vielfalt an moralischem Übel. Naikan vermag nun jene aus Unwissen entstandene Egozentrik aufzudecken, das Zusammenspiel basaler Abhängigkeiten zu eruieren (cf. Ozawa-de Silva 2007) 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 (cf. Unno 2006: 162). 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 (cf. Van Waning 2009: 269), 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*) (cf. Shimazono 2015). Naikan leitet einen Heilungsprozess ein, bewirkt eine Heilung sozialer, perzeptiver und identifikatorischer Bruchstellen. Gefestigt durch ein neues Selbst- und Weltbild vermag der/die 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 ritualer 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 der neuen religiösen Bewegung *GLA* (=*God Light Association*; gegründet: 1969) (cf. Reynolds 1983: 46-47).

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 Initialzünder 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 (2015: 160-161). Eine bestimmte Ausprägung fußend auf durchaus gängigen in einem Reservoir modern-religiöser Formensprache enthaltenen funktionalen und interpretatorischen Parametern. 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 (1982) in letzterem gar die eigentliche axiologische Wiege des Naikan. Sie bündle 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“[44] (*Lunyu* 12.1), der Garant für Frieden und Harmonie in Familie, Gesellschaft und Welt. Aus der Perspektive des Naikan (cf. McCann 2011) 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 (*tariki*) 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 Dankespflicht (*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“ (2006: 163). 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 (cf. Smart 1997) bekleiden die religiöse Syntax auch mit einer sachgerechten äußeren Gestalt, machen Naikan zu einer im Kern religiös angelegten Praxis.

Bibliographie

Amstutz, Galen (1997). *Interpreting Amida: History and Orientalism in the Study of Pure Land Buddhism*. Albany: State University of New York Press

Andrews, Allan A. (1987). Pure Land Buddhist Hermeneutics: Hōnen’s Interpretation of *Nembutsu*. In: *The Journal of the International Association of Buddhist Studies*, 10 (2), 7-25

[44] 克己復禮為仁。

Bloom, Alfred (1999). Shinran's Way. In: Takeuchi Yoshinori (Hg.), *Buddhist Spirituality: Later China, Korea, Japan and the Modern World*. London: SCM Press, 222-238

Bloom, Alfred (Hg.) (2007). *The Essential Shinran: A Buddhist Path of True Entrusting*. World Wisdom: Bloomington

Blum, Mark L. (2002). *The Origins and Development of Pure Land Buddhism: A Study and Translation of Gyōnen's Jōdo Hōmon Genrushō*. Oxford und New York: Oxford University Press

Chervenkova, Velizara (2014). Rites of Incubation in the Modern World: The Symbolic Experience of *Death-Rebirth- Reconnection* in Naikan Therapy. In: *World Cultural Psychiatry Research Review*, 9 (3), 123-131

Corless, Roger J. (1994 [1993]). Pure Land Piety. In: Takeuchi Yoshinori (Hg.), *Buddhist Spirituality: Indian, Southeast Asian, Tibetan and Early Chinese*. London: SCM Press, 242-271

Dessì, Ugo (2007). *Ethics and Society in Contemporary Shin Buddhism*. Berlin: LIT

Dobbins, James C. (2002 [1989]). *Jōdo Shinshū: Shin Buddhism in Medieval Japan*. Honolulu: University of Hawai'i Press

Dobbins, James C. (2012). "The Evil Person is the Primary Recipient of the Buddha's Compassion": The *Akunin Shōki* Theme in Shin Buddhism of Japan. In: Phyllis Granoff und Koichi Shinohara (Hg.), *Sins and Sinners: Perspectives from Asian Religions*. Leiden und Boston: Brill, 93-112

Fischer, Peter (1976). *Studien zur Entwicklungsgeschichte des Mappō-Gedankens und zum Mappō-tōmyō-ki.* Hamburg: Gesellschaft für Natur- und Völkerkunde Ostasiens e.V.

Gómez, Luis O. (1996). *The Land of Bliss: The Paradise of the Buddha of Measureless Light. Sanskrit and Chinese Versions of the Sukhāvatīvyūha Sutras*. Honolulu: University of Hawai'i Press

Hubbard, Jamie (2001). *Absolute Delusion, Perfect Buddhahood: The Rise and Fall of Chinese Heresy*. Honolulu: University of Hawai'i Press

Keel, Hee-Sung (1995). *Understanding Shinran: A Dialogical Approach*. Fremont: Asian Humanities Press

Kleine, Christoph (2011). *Der Buddhismus in Japan: Geschichte, Lehre, Praxis*. Tübingen: Mohr Siebeck

Kuroda Institute (1998). *Hōnen's Senchakushū: Passages on the Selection of the Nembutsu in the Original Vow (Senchaku hongan nembutsu shū), Translated and*

Edited with an Introduction by Senchakushū English Translation Project. Honolulu: University of Hawai'i Press

Lunyu quanjii 論語全解, kompiliert von Chen Xiangdao 陳祥道 (1053–1093), *Siku quanshu* 四庫全書

McCann, Henry (2011). *The Heart of Healing: Naikan as Applied Benevolence*: online verfügbar unter http://www.todoinstitute.com/library/public/the_heart_of_healing_naikan_as_applied_benevolence.php (Zugriff: 15. Jänner 2015)

Murase, Takao (1982). *Sunao*: A Central Value in Japanese Psychotheraphy. In: Anthony J. Marsella und Geoffrey M. White (Hg.), *Cultural Conceptions of Mental Health and Therapy*. Dordrecht: D. Reidel Publishing Company, 317-329

Odin, Steve (1996). *The Social Self in Zen and American Pragmatism*. Albany: State University of New York Press

Ozawa-de Silva, Chikako (2006). *Psychotherapy and Religion in Japan: The Japanese Introspection Practice of Naikan*. London und New York: Routledge

Ozawa-de Silva, Chikako (2007). Demystifying Japanese Therapy: An Analysis of Naikan and the Ajase Complex through Buddhist Thought. In: *Ethos: Journal of the Society for Psychological Anthropology*, 35 (4), 411-446

Ozawa-de Silva, Chikako und Brendan Ozawa-de Silva (2010). Secularizing Religious Practices: A Study of Subjectivity and Existential Transformation in Naikan Therapy. In: *Journal for the Scientific Study of Religion*, 49 (1), 147-161

Repp, Martin (2005). *Hōnens religiöses Denken: Eine Untersuchung zu Strukturen religiöser Erneuerung*. Wiesbaden: Harrassowitz Verlag

Reynolds, David K. (1983). *Naikan Psychotherapy*. Chicago und London: The University of Chicago Press

Sasano, Tomohisa 笹野友寿 (1998). *Naikan ryōhō no jissen* 内観療法の実践. Tōkyō: Fuyō Shobō Shuppan

Satō, Kōji 佐藤幸治 (Hg.) (1972). *Zenteki ryōhō: naikanhō* 禅的療法・内観法. Tōkyō: Bunkōdō

Shimazono, Susumu (2015). From Salvation to Healing: Yoshimoto Naikan Therapy and Its Religious Origins. In: Christopher Harding, Iwata Fumiaki und Yoshinaga Shin'ichi (Hg.), *Religion and Psychotherapy in Modern Japan*. London und New York: Routledge, 150-164

Smart, Ninian (1997 [1996]). *Dimensions of the Sacred: An Anatomy of the World's Beliefs*. London: Fontana Press

Taishō Shinshū Daizōkyō 大正新脩大藏經: online verfügbar unter http://21dzk.l.u-tokyo.ac.jp/SAT/index.html (Zugriff: 26. Dezember 2014)

Takeda, Ryuji (1971). The Participation of Private Citizens in Crime Prevention: The Case of the Naikan-ho in Japan. In: *UNAFEI Resource Material Series No. 2*, 144-151

Terao, Kazuyoshi (2015). Naikan and Mourning: A Catholic Attempt at Naikan Meditation. In: Christopher Harding, Iwata Fumiaki und Yoshinaga Shin'ichi (Hg.), *Religion and Psychotherapy in Modern Japan*. London und New York: Routledge, 165-180

Unno, Taitetsu (2006). Naikan Therapy and Shin Buddhism. In: Mark Unno (Hg.), *Buddhism and Psychotherapy Across Cultures: Essays on Theories and Practices*. Boston: Wisdom Publications, 159-168

van Waning, Adeline (2009). Naikan—A Buddhist Self-Reflective Approach: Psychoanalytic and Cultural Reflections. In: Salman Akhtar (Hg.), *Freud and the Far East: Psychoanalytic Perspectives on the People and Culture of China, Japan, and Korea*. Lanham et al.: Jason Aronson, 255-273

Williams, Paul (2009² [1989]). *Mahāyāna Buddhism: The Doctrinal Foundations*. London and New York: Routledge

Yasutomi, Shin'ya (2006). The Life of Rennyo: A Struggle for the Transmission of Dharma. In: Mark L. Blum und Shin'ya Yasutomi (Hg.), *Rennyo and the Roots of Modern Japanese Buddhism*. Oxford und New York: Oxford University Press, 17-37

Yoshimoto, Inobu 吉本伊信 (1943). *Hōmidō shirube* 法味道シルベ: online verfügbar unter http://www.naikan.jp/b1.html (Zugriff: 28. November 2014)

Yoshimoto, Inobu 吉本伊信 (1945). *Shinzen shingo* 信前信後: online verfügbar unter http://www.naikan.jp/B3.html (Zugriff: 28. November 2014)

Yoshimoto, Ishin 吉本伊信 (1977). *Naikan no michi* 内観の道. Nara: Naikan Kenshūjo

Yoshimoto, Ishin 吉本伊信 (1983). *Naikan e no shōtai: aijō no saihakken to jiko dōsatsu no susume* 内観への招待—愛情の再発見と自己洞察のすすめ. Tōkyō: Toki Shobō

Yoshimoto, Ishin 吉本伊信 (1997). *Naikanhō* 内観法 [überarbeitete Fassung des 1965 erschienenen *Naikan yonjūnen* 内観四十年]. Tōkyō: Shunjūsha

http://www.jpnaikan.jp/ (Zugriff: 8. Dezember 2014)

http://www.naikan.com/ (Zugriff: 10. Dezember 2014)

http://www.nara-naikan.jp/ (Zugriff: 8. Dezember 2014)
http://www.synapse.ne.jp/~sein/T/prfTT.htm (Zugriff: 8. Dezember 2014)

Glossar

Akunin 悪人
Akunin shōki 悪人正機
Amida 阿弥陀
Amidakyō 阿弥陀経
Amituo 阿彌陀
Amituo jing 阿彌陀經
Bailian she 白蓮社
Banzhou sanmei jing 般舟三昧經
Bishamonten 毘沙門天
Bodai 菩提
Bosatsu 菩薩
Bukkoku 仏国
Bukkokudo 仏国土
Bussetsu 仏刹
Busshō 仏性
Butsudo 仏土
Butsugo 仏語
Byakurensha 白蓮社
Byōnin 病人
Chan 禪
Chan zong 禪宗
Chanding 禪定
Chi Chiekō 千恵光
Daochuo 道綽
Dō 道
Dōjō 道場
Donran 曇鸞
Dōshaku 道綽
Edo 江戸
Eikū 睿空
Eisai 栄西
Ekō 回向
Engei gakkō 園芸学校
Engi 縁起
Ennin 円仁
Enryakuji 延暦寺
Eon 慧遠
Eshin 回心
Fa 法
Fazang 法藏
Fujikawa Yū 富士川游
Fukō 不幸
Fuse 布施
Futaiten 不退轉
Gedatsu 解脱
Gedatsukai 解脱会

Chiekō 千恵光

Chigi 智顗

Dafangdeng daji jing 大方等大集經

Daihi 大悲

Daihōdō daijukkyō 大方等大集経

Daijō 大乗

Guan Wuliangshoufo jing shu 觀無量壽佛經疏

Han 漢

Hanju zanmaikyō 般舟三昧経

Hansei (naikan) 反省(内観)

Hansei no renshū 反省の練習

Hasshōdō 八正道

He 和

Heian jidai 平安時代

Henpō *変法*

Hi 悲

Higashi Honganji 東本願寺

Hō 法

Hōben 方便

Hōmidō shirube 法味道シルベ

Hōnen 法然

Hongan 本願

Honganji 本願寺

Honganji-ha 本願寺派

Hōon 報恩

Genshin 源信

Gensō ekō 還相回向

Genze riyaku 現世利益

Gō 業

Gokuraku 極楽

Gorin 五倫

Guan Wuliangshou jing 觀無量壽經

Jingtu 浄土

Jingtu lun 浄土論

Jingtu sanbu jing 淨土三部經

Jingtu zong 淨土宗

Jiriki 自力

Jiriki sazen 自力作善

Jishin kyōninshin 自信教人信

Jishō 自性

Jōdo 淨土

Jōdo sanbukyō 淨土三部経

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 十地経

Jūjū bibasharon 十住毘婆沙論

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

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

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 観無量寿経

Kanmuryōjubutsukyōsho 観無量寿仏経疏

Katsuai 渇愛

Kegongyō 華厳経

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 無量寿経

Muryōjukyō ubadaisha ganshōge 無量寿経優婆提舎願生偈

Myōhōrengekyō 妙法蓮華経

Naikan 内観

Naikan Dōjō 内観道場

Kyūsei shinpō 救世真法

Li 禮

Linji 臨済

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

Nichijō naikan 日常内觀

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

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 念仏

Nianfo 念佛

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

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

Rennyo 蓮如

Rinne 輪廻

Rinzai 臨済

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

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

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

Shōjōbukkokudo 清浄仏国土

Yamatokōriyama 大和郡山

Yatayama 矢田山

Yasu 野洲

Yoshimoto 吉本

Yoshimoto Chieko 吉本チエ子

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

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 吉本ユキエ

Yuien 唯円

Yūzūnenbutsushū 融通念仏宗

Zen 禅

Zendō 善導

Zenshū 禅宗

Zhengfa 正法

Zhengming 正名

Zhiyi 智顗

Zhou chao 周朝

Zhoushu yiji 周書異記

Zili 自力

Zōhō 像法

Univ.-Prof. Lukas Pokorny MMMMag. Dr., M.A.
Institutsvorstand
Institut für Religionswissenschaft
Kath.-Theol. Fakultät
Universität Wien
Foto © Joseph Krpelan