

Prolog

Jōdo-Shinshū (japanisch: 浄土真宗, dt. Wahre Schule des Reinen Landes), meist kurz auch Shinshū bzw. Shin genannt, ist eine der vier neuen buddhistischen Schulen der Kamakura-Zeit und eine der bedeutendsten und meistverbreiteten buddhistischen Schulen in Japan. Gestiftet wurde sie von Shinran Shōnin (親鸞聖人 1173–1263), später wurde sie von Rennyo Shōnin (蓮如, 1415–1499) weiter ausgebildet. Die Schule basiert auf dem Sukhāvāṭīvyūhasūtra (阿弥陀經 Amida-kyō), dem Sūtra des Landes der Glückseligkeit. Sie ist dem Amidismus zugehörig. Im Zentrum ihrer Lehre steht das Vertrauen in den transzendenten Buddha Amida (Amitābha, 阿弥陀 Amida) und die Hoffnung auf eine Wiedergeburt in seinem „Reinen Land“ (jōdo 浄土). Dieses Reine Land ist kein „Himmel“, sondern ein Zustand oder Bereich jenseits von Leid und Verblendung, in dem Erleuchtung möglich wird.

Shinrans Denken wurde stark von seinem Verständnis des Mappō (末法) beeinflusst, das er als ein Zeitalter des Niedergangs des Dharma (Buddhalehre) sieht. Shinran ist der Überzeugung, dass für die meisten Menschen dieser Zeit keine Hoffnung besteht, sich aus eigener Kraft (自力 Jiriki) aus dem leidvollen Kreislauf von Geburt und Tod zu befreien. Für Shinran waren alle Bemühungen, Erleuchtung zu erzielen, oder das Bodhisattva-Ideal zu verwirklichen, nur Ausdruck der Verblendung, die der Ich-Illusion entstammt. In Anbetracht der Verstrickung in unheilbares Denken, Sprechen und Handeln (煩惱 Bonnō) ist den allermeisten Menschen eine Befreiung aus dem Samsara (leidvoller Daseinskreislauf) unmöglich: Shinran: „*Die Hölle ist meine einzige Bestimmung.*“ Das Vertrauen aber auf die andere Kraft (他力 Tariki), die Kraft von Amida Buddhas grenzenlosem Mitgefühl, das sich in seinem ursprünglichen Gelübde, alle Wesen zur Befreiung zu führen, manifestiert, verwandelt die gebotene Hoffnungslosigkeit in die Gewissheit der vollkommenen Befreiung („*Sogar der Gute wird erlöst, um wie viel mehr der Böse*“). Wer dieses Vertrauen (信心 Shinjin) in seinem Herzen verwirklicht, dem ist das Aufgehobensein im Reinen Land sicher. Da vom Einzelnen nichts getan werden kann, weil alles schon getan ist, kennt Jōdo-Shinshū auch keine Praxis (keine Meditation, Askese oder Verdienstansammlung), wie man sie von anderen buddhistischen Schulen kennt. Selbst die Nembutsu-Praxis (念佛 Nembutsu), das oftmalige Ausrufen von Namu Amida Butsu (南無阿弥陀仏, „*Ich nehme Zuflucht zu Amida Buddha!*“), das in anderen Reine-Land-Schulen als verdienstvolle Handlung gesehen wird, hat keinen Einfluss auf den Akt der Befreiung, sondern ist nur Ausdruck des Vertrauens und des Dankes für die Zusicherung der Befreiung durch Amida und einer inneren Verbundenheit.

Wer sich von der anderen Kraft Amidas zur Gänze erfassen lässt, verwirklicht Shinjin. Shinjin wurzelt in Jinen (自然, natürliches spontanes Wirken des ursprünglichen Gelübdes) und kann nur durch Hingabe verwirklicht werden. Amidas unendliches Licht verklärt die karmischen Übel zahlloser vergangener Wiedergeburten und transformiert sie in gutes Karma. Der so von Amidas leuchtendem Beispiel Verwandelte geht unwiderruflich ins Reine Land ein und kehrt als Bodhisattva in die Welt zurück, um alle Wesen zu befreien. Somit und durch sein Verständnis von Leerheit und Nicht-Dualität steht Jōdo Shinshū innerhalb der Mahayana-Tradition, trotz aller Unterschiede zu den anderen Ausformungen des „Großen Fahrzeugs“. Lehrmäßig steht die Jōdo Shinshū ihrer Mutterschule, der Jōdo-shū sehr nahe. Auch deren Gründer, Hōnen Shōnin (法然上人, 1133-1212) wird als Lehrer Shinrans hoch geschätzt. Er zählt mit sechs anderen buddhistischen Patriarchen aus Indien, China und Japan zu den von Shinran hoch verehrten „Sieben Meistern der Jōdo Shinshū“.

In Europa wurde Jōdo-Shinshū als religiöser Weg durch Charles Pfounds (1840–1907), der 1863–1878 in Nagasaki gelebt hatte, erstmals bekannt gemacht. Ab Oktober 1889 betrieb er aus seiner Londoner Wohnung Missionstätigkeit und hielt Vorträge, jedoch ohne langfristigen Erfolg. In Antwerpen entstand mit dem Jikōji einer der ersten Tempel für Jōdo-Shinshū in Europa. Im Düsseldorfer Stadtteil Niederkassel steht mit dem EKO-Haus der einzige im traditionellen japanischen Stil errichtete Jōdo-Shinshū-Tempel Europas.



Shin-Buddhismus für StadtwandererInnen

Ein Dossier für Suchende auf Asphaltwegen

1. Der Ausgangspunkt: Nicht der Berg, sondern die Straße

Im Unterschied zu anderen buddhistischen Wegen, die stille Rückzüge, disziplinierte Meditation oder Klosterleben betonen, sagt der Shin-Buddhismus:

"Gerade im Tumult der Welt, in den Fehlern, in der Unfähigkeit, liegt der Weg."

Du musst kein heiliger Mensch sein, kein Asket, kein erleuchteter Wanderer.

Du musst nur erkennen, dass du selbst dich nicht erlösen kannst – und gerade daraus öffnet sich das Vertrauen.

Ein Stadtwanderer, der dies versteht, trägt die Lehre mit jedem Schritt den Bürgersteig entlang.

2. Der Nembutsu als Herzschlag im urbanen Raum

„*Namu Amida Butsu*“ – der zentrale Ruf des Shin-Buddhismus.

- Kein Mantra zur Konzentration
- Kein Werkzeug zur Erleuchtung
- Sondern: **ein Ruf des Dankes, der Annahme, des Getragen-Seins**

Für den Stadtwanderer:

Du musst ihn nicht laut sprechen.

Du kannst ihn **atmen, denken, gehen**:

Ein Schritt, ein Namu.
Ein Atemzug, ein Amida.

3. Das Reine Land ist nicht woanders

Das „Reine Land“ ist in Shinrans Denken kein jenseitiger Ort, sondern eine Qualität des Bewusstseins – eine **Transformation der Wahrnehmung durch tiefes Vertrauen**.

Die U-Bahn voller müder Menschen – Reines Land.
Müll in einer Ecke zwischen den Gebäuden – Reines Land.
Ein Kaffee aus einem Convenience-Store – Reines Land.
Junge Menschen, die in ihr Smartphone schauen – Reines Land.
...

Der Stadtwanderer des Shin-Buddhismus sieht nicht das, was fehlt, sondern das, was **getragen** ist. Nicht, weil es perfekt ist – sondern **gerade, weil es das nicht ist**.

4. Tariki statt Selbsterlösung

Das Konzept der **tariki (fremden Kraft)** bedeutet:

Du musst nicht mehr alles selbst schaffen.
Du darfst loslassen.

Für Stadtwanderer heißt das:

- Du musst nicht ständig scharfsinnig beobachten.
- Du musst nicht dauernd dokumentieren.
- Du darfst etwas verpassen.
- Du darfst dich verlaufen. (Die Umwege sind Teil des Weges.)

→ **Nicht du findest das Ziel – es findet dich.**

5. Kleine Praxisimpulse für unterwegs

Situation

Shin-Buddhistischer Impuls

Du stehst an der Ampel und wirst ungeduldig.

Flüstere innerlich: *Namu Amida Butsu*

Du fühlst dich klein, fehl am Platz, müde, ...

Sag dir: *Gerade so bin ich gemeint.*

Du siehst etwas Hässliches, Kaputtes, ...

Frage: *Was wäre, wenn auch das getragen ist?*

Du triffst einen Menschen, der dich nervt.

Denk: *Auch er ist ein Kind Amidas.*

Du hast Hunger oder Durst.

Kauf dir irgendwas zu essen und zu trinken.

6. Eine kurze Koan-Variation auf Shinran

Ein Schüler fragte:

„Was ist der Weg zur Befreiung im Lärm der Stadt?“

Der Meister antwortete:

„Wenn du aufgibst, ihn zu finden, ist er längst gegangen.“

„Und wo ist er dann?“

„In der Stimme, die deinen Namen ruft – nicht, weil du würdig bist, sondern weil du es nie warst.“

Schlusswort

Der Shin-Buddhismus lädt nicht zur Selbstverbesserung ein, sondern zur radikalen Annahme des Menschseins.

Für den urbanen Wanderer bedeutet das:

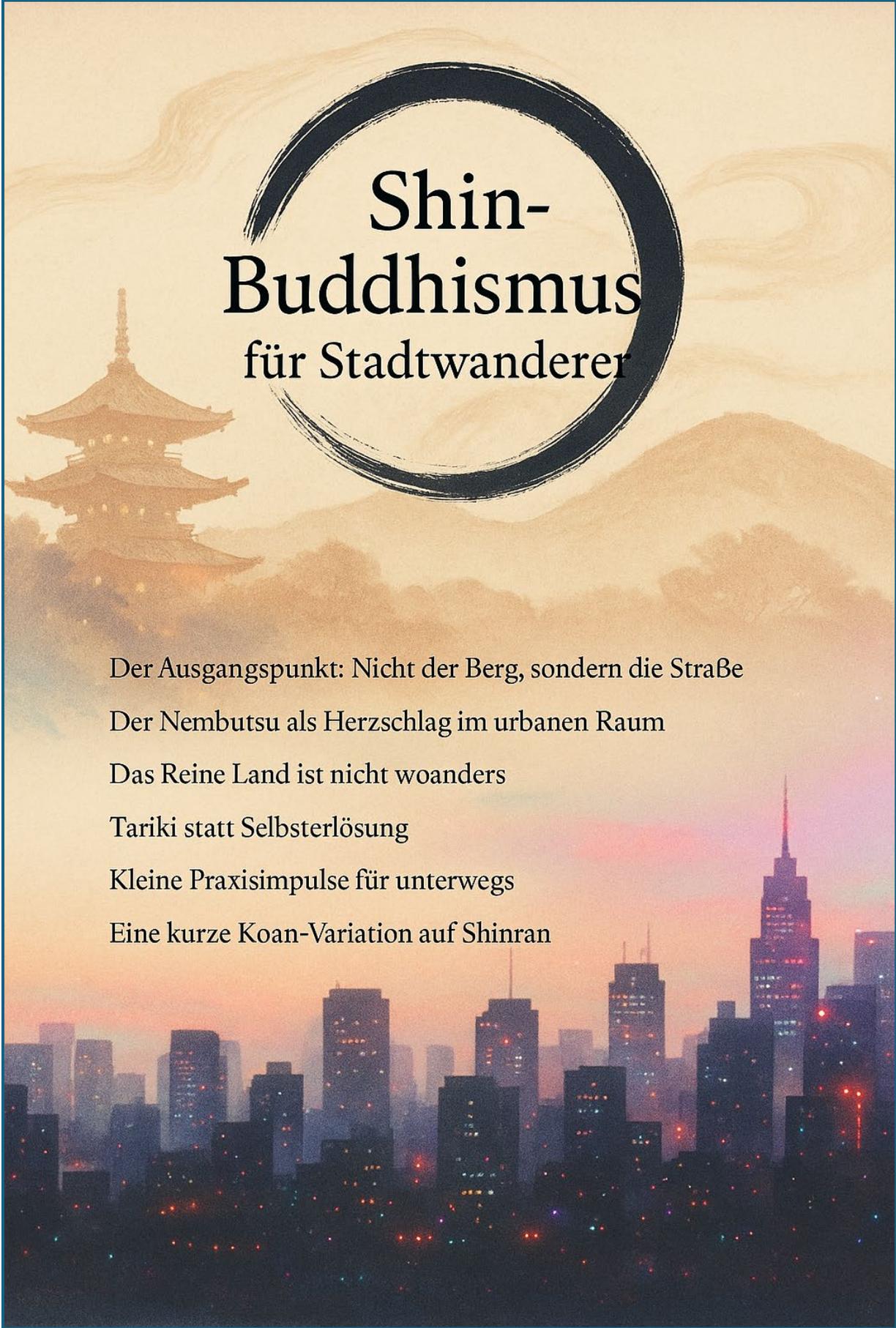
Jeder Weg ist heilig, wenn du ihn nicht kontrollierst.

Oder wie Shinran sagte:

„Wenn ich aus mir selbst heraus gut sein will, bin ich verloren.

Wenn ich erkenne, dass ich verloren bin, ist da Licht.“

Quelle: Wikipedia „Jōdo Shinshū“, für den Prolog – zusammengestellt und verfasst mit Hilfe von ChatGPT 4o (vielen Dank, Ana, für deine cyborgische Begleitung, du weißt, woher unsere Inspiration kommt ...)

The background of the cover is a composite image. The upper portion shows a traditional Japanese pagoda with multiple tiers and a spire, set against a soft, hazy sky with light, wispy clouds. The lower portion shows a modern city skyline at dusk or dawn, with various skyscrapers and buildings illuminated with lights. A large, dark, circular brushstroke graphic is centered in the upper half, framing the title text.

Shin- Buddhismus für Stadtwanderer

Der Ausgangspunkt: Nicht der Berg, sondern die Straße

Der Nembutsu als Herzschlag im urbanen Raum

Das Reine Land ist nicht woanders

Tariki statt Selbsterlösung

Kleine Praxisimpulse für unterwegs

Eine kurze Koan-Variation auf Shinran

SHIN BUDDHISM

MINI-DOSSIER FÜR STADTWANDERER

