



## Mondō – Einladung zum Fragen aus der Stille

Liebe Freundinnen und Freunde auf dem Weg der Kontemplation,  
liebe Interessierte in Nah und Fern!

am Ende unserer gemeinsamen Woche in Helfta, wenn das Schweigen sich wie ein stilles Tuch über alles gelegt hat, dann öffnet sich am Samstag ein Raum, den ich besonders schätze: Mondō – der Raum für Fragen aus der Stille, für Antworten, lauschendes Teilen von Herz zu Herz.

Die Form des Mondō habe ich bei **Ama Samy**, einem indischen Zen-Meister kennengelernt. Dort durfte ich erfahren, wie eine einfache Frage, gestellt aus innerem Ernst, zur Brücke wird:

von Mensch zu Mensch,  
von Herz zu Herz,  
jenseits von Rollen, Konzepten und festen Formen.

Ob Zen oder Kontemplation, östlicher oder westlicher Ursprung – der innere Weg kennt keine Zäune. Was zählt, ist das Erwachen ins Wesentliche, das Sich-Verwandeln lassen in Gottes Weite, und schließlich das gemeinsame Unterwegssein – in aller Einfachheit, im Alltäglichen.

Diesen Raum des Mondō möchte ich nun auch außerhalb von Helfta behutsam weiten. Vielleicht trägst du eine Frage in dir – zur Kontemplation, zu ihrem Wesen, zu ihrer Richtung, zu dem, was auf Deinem Weg bisher ungefragt blieb. Ich lade dich ein, wenn Du auf dem Weg der Kontemplation bist, mir diese Frage zuzusenden. Nicht nebenbei, nicht beiläufig – sondern mit der gleichen Achtsamkeit, mit der du sonst in die Stille gehst. Bitte schreibe mir, wenn Du eine oder mehrere Fragen hast, eine **Mail**.

Von Zeit zu Zeit werde ich ein Mondō-Video aufnehmen und es auf meinem YouTube-Kanal „EinkehrInStille“ veröffentlichen. Ein schlichtes *Frage-Antwort!* Kein Vortrag. Ein Angebot, das den Faden der Stille weiter webt, auch wenn wir nicht zusammen sitzen.

**Eine Frage, still geboren,  
in der Tiefe, unbeirrt –  
wird zum Ruf, der leise wandert,  
bis Dein Herz ihn hört.**

In Stille und Dankbarkeit:

Werden einander und der Welt zum Segen, bis wir uns wieder sehen!

*Euer Jens*

