



**Ich setze bewusst einen Anfang:** Ich will jetzt beten.

Dazu nehme ich mir Zeit. Ein Anfangsgebet und eine Stilleübung helfen, mich auf Gott hin auszurichten.

- + Ich gehe auf den Bibeltext Jes 45,1–8 ein. Er entstammt dem zweiten Teil des Jesajabuches (Kapitel 40 bis 55). Ein wesentlicher Teil der Bevölkerung des Königreiches Juda befindet sich in Babylon im Exil (597 bis 539 v. Chr.) Da ist es Aufgabe des Propheten, dem Volk Gottes Trost zu verkünden und Gottes Eingreifen anzusagen. Für die Befreiung nimmt Gott sogar den heidnischen Perserkönig Kyrus in den Dienst.
  - Was spricht mich an? Was bleibt mir fremd, unverständlich?
  - Welche der biblischen Bilder finde ich im Lied wieder?
- + Ich schlage eine Brücke von der Vergangenheit zur Gegenwart, zu mir:
  - Welche Türen sind zu öffnen, welche Tore sind noch verschlossen?
  - Wann erlebe ich mich unfrei?
  - Wo vermisse ich Gerechtigkeit?
  - Wer könnte mir zum Kyrus werden?
  - Was erwarte ich von Gott?

**Das Ende meiner Gebetszeit** markiere ich mit einer bewussten Geste, zum Beispiel mit einer tiefen Verneigung ...