



Ich setze bewusst einen Anfang, etwa mit dem Anzünden einer Kerze. Das macht mir klar: Ich will jetzt beten. Dazu nehme ich mir Zeit ...

- + Ich nehme mir die erste Strophe zu Herzen:
 - Welches der verschiedenen Bilder und Motive spricht mich an?
 - Wann habe ich Unbeschriebene erlebt, die Geschichte geschrieben haben?
 - Wer und was hat mich in meinem Leben vom Dunkel ins Licht treten lassen?
- + „Gott trägt ein menschliches Gesicht.“ Ich lasse Gesichter verschiedener Menschen in mir Revue passieren:
 - Durch wen kommt Gott mir nahe? Auf welchem Gesicht entdecke ich heute Spuren Gottes?
 - Wer gibt mir Ahnung und Erfahrung von Gottes Treue, Barmherzigkeit und Zärtlichkeit, von Gottes Option für die Armen, für das Kleine und Zerbrechliche?
- + Ich halte meine Hände vors Gesicht und nutze sie als „tastenden Spiegel“. Vorsichtig und liebevoll erkunde ich meine Augen, meine Stirn usw. Auch durch mich will Gott sichtbar werden. Was entdecke ich?

Das Ende meiner Gebetszeit markiere ich ebenfalls mit einer bewussten Geste, zum Beispiel mit einem Kreuzzeichen. Dann nehme ich mir noch ein wenig Zeit ...