



Ich setze bewusst einen Anfang, etwa mit einer Geste wie dem Kreuzzeichen. Das macht mir klar: Ich will jetzt beten. Ich stelle ggf. einen Wecker, wähle ein Anfangsgebet ...

- + Ich widme mich den weiteren Liedzeilen, gehe sie Zeile für Zeile langsam durch, Wort für Wort, und achte darauf, was mich anspricht, mich berührt, was ich eher vorbeiziehen lasse, was wenig Resonanz in mir auslöst.
- + Exemplarische Fragen:
 - Wer sind meine Brotherren? Wie stehe ich zu ihnen?
 - Was ist mein Verhältnis zum Phänomen Macht? Welche Macht, welche Verantwortung ist für mich attraktiv? Wo habe ich Macht und Einfluss? Wie nutze ich sie? In welchen Bereichen möchte ich gerne das Sagen haben?
 - Wo und wie erlebe ich Ohnmacht in dieser Woche, wann habe ich Momente der Ohnmacht in meinem Leben gespürt? Was und wer hat mich gerettet, hat mich unterstützt, mir geholfen?
 - Wer sind in meinen Augen Großsprecher?
 - Wie kommt Gottes Wort in mein Leben? Welchen Stellenwert hat es für mich? Wann gebe ich ihm Raum? Wie spricht Gott im Gebet zu/mit mir?

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