



Ich setze bewusst einen Anfang, etwa mit dem Anzünden einer Kerze. Das macht mir klar: Ich will jetzt beten. Dazu nehme ich mir Zeit und richte mich mit Hilfe eines Anfangsgebets und einer Stilleübung auf Gott hin aus.

- + Im Hintergrund des Liedes stehen auch folgende Verse:
„Lasst uns also zu ihm vor das Lager hinausziehen und seine Schmach auf uns nehmen. Denn wir haben hier keine Stadt, die bestehen bleibt, sondern wir suchen die künftige.“ (Hebr 13,13f)
 - Was lösen diese Worte in mir aus?
 - Wann erlebe ich mich unruhig, rastlos, heimatlos?
 - Bin ich noch auf der Suche? Wonach?
- + „... der draußen eine Krippe wählt und draußen stirbt auf dem Schädelfeld ...“
 - Wann bin ich draußen? Welche Draußen-Zonen (in) meiner Stadt kenne ich, nehme ich bewusst wahr?
 - Wie wäre es heute mit einem Spaziergang am Rande der Stadt mit offenen Sinnen, mit Muße fürs Gebet?
 - Was sind Draußen-Zonen in meiner näheren Umgebung, bei meiner Arbeit?
 - Was erbitte ich mir von Gott für das Entdecken, das Wahrnehmen, das Begehen von Draußen-Zonen?

Das Ende meiner Gebetszeit markiere ich mit einer bewussten Geste, halte inne und notiere ggf. noch etwas.