









Vater unser mit Bewegungen

Vater unser im Himmel,	Hände wie eine offene Schale vor dem Körper halten, Blick nach oben	
Geheiligt werde dein Name.	Hände nach oben strecken und dann vor dem Körper entlang nach unten und vorne (=auch durch mich soll Gottes Name geheiligt werden)	
Dein Reich komme	Beide Hände vor dem Körper nach links und rechts ausbreiten.	
Dein Wille geschehe	Blick nach oben, Hände rechts u links vom Körper geöffnet nach unten strecken	
Wie im Himmel so auf Erden	Rechte Hand seitlich nach oben; linke Hand seitlich nach unten	
Unser tägliches Brot gib uns heute	Beide Hände zu einer offenen Schale vor dem Körper zusammenführen (=Brot vom Himmel und von der Erde)	
Und vergib uns unsere Schuld	Rechte Hand aufs Herz, Kopf nach unten (=ich bekenne mich schuldig)	
Wie auch wir vergeben unsern Schuldigern	Nachbarn rechts und links an der Hand fassen	
Und führe uns nicht in Versuchung	Rechte Hand wie ein Schild vor den Körper halten, Handfläche nach außen	
Sondern erlöse uns von dem Bösen	Linke Hand vertikal davor halten (=Kreuz)	
Denn dein ist das Reich	Beide Hände von der Mitte her vor dem Körper ausbreiten	
Und die Kraft	Mit beiden Armen „Muskeln“ zeigen	
Und die Herrlichkeit In Ewigkeit Amen	Mit offenen Händen (Handflächen nach vorne) vor dem Körper einen Kreis beschreiben Hände wie bekräftigend vor dem Körper falten.	

Aufgeschrieben von Marianne Gruhler