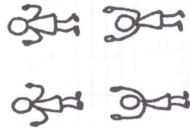


DAS VATERUNSER MIT DEM LEIB BETEN

Die Gesten werden ruhig und fließend vollzogen.

Vater unser
im Himmel,

Beide Arme ellbogenhoch erheben,
Hände nach oben öffnen.



geheiligt werde
Dein Name!

Arme und Hände langsam
nach oben führen.



Dein Reich
komme!

Die Hände gehen weiter auseinander (im Kreis – wie eine Krone).



Dein Wille geschehe!
Wie im Himmel,
so auf Erden!

Der rechte Arm zeigt nach oben,
der linke Arm zeigt nach unten.



Unser tägliches
Brot gib uns heute,

Die Hände werden vor dem Körper wie eine Schale gehalten.



und vergib uns
unsere Schuld,

Die linke Hand geht nach links,
die rechte ebenfalls und deckt
die linke zu.



wie auch wir vergeben
unseren Schuldigern!

Die rechte Hand legt sich auf
die ausgestreckte Hand des
rechten Nachbarn.



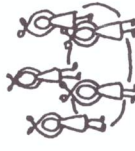
Und führe uns nicht
in Versuchung,

Arme ausstrecken – nach vorne –
waagrecht – überkreuzen.



sondern erlöse uns
von dem Bösen!

Die überkreuzten Arme werden
nach oben geführt und
plötzlich gelöst.



Denn Dein ist
das Reich

Die Arme werden nach oben
gestreckt.



und die Kraft und
die Herrlichkeit,

Jeder faßt seinen Nachbarn an
den erhobenen Händen, die
sich langsam senken.



(in Ewigkeit)

Amen.

Langsame, tiefe Verbeugung zur
Kreismitte, zum Altar und voreinander – und
füreinander.



Sr. Imelda Huf. Das Vaterunser mit dem Leib beten.