

Kategorie	Einzelne Bausteine
Stichwort	Gebet
Titel	Vaterunser mit Gesten
Inhaltsangabe	Das Vaterunser wird mit unterschiedlichen Gesten gebetet Vaterunser mit Gesten zu gestalten, gibt es vielerlei Möglichkeiten. Wir schreiben an dieser Stelle diverse Möglichkeiten zu den Bitten auf.
Verfasser	Unbekannt
email	Unbekannt

### **VATER UNSER IM HIMMEL**

Beide Hände vor die Brust legen  
oder: offene Hände zum Himmel strecken

### **GEHEILIGT WERDE DEIN NAME**

Arme nach oben hin öffnen  
oder: Verbeugung machen

### **DEIN REICH KOMME**

Arme zur Seite hin ausstrecken  
oder: die Hände den Erdkreis nachzeichnen lassen

### **DEIN WILLE GESCHEHE**

Hände ballen und Daumen nach oben  
oder: den Zeigefinger erheben

### **WIE IM HIMMEL, SO AUF ERDEN**

Hände öffnen, zuerst hoch, dann runter zeigen

### **UNSER TÄGLICHES BROT GIB UNS HEUTE**

Hände zur Schale legen

### **UND VERGIB UNS UNSERE SCHULD**

Arme gekreuzt vor die Brust

### **WIE AUCH WIR VERGEBEN UNSEREN SCHULDIGERN**

beiden Nachbarn die Hände geben  
oder: die Hand nach vorne zur Versöhnung ausstrecken (ohne konkretes Gegenüber)

### **UND FÜHRE UNS NICHT IN VERSUCHUNG**

Hände abwehrend nach vorne halten

### **SONDERN ERLÖSE UNS VON DEM BÖSEN**

Hände flach auf die Brust legen  
oder: eine beiseite schiebende Bewegung machen

### **DENN DEIN IST DAS REICH UND DIE KRAFT UND DIE HERRLICHKEIT IN EWIGKEIT. AMEN.**

Arme leicht ausgestreckt nach oben

Die Ideen stammen von Peter Sicking und Jürgen Grote.

Wir freuen uns über Ergänzungen.

### **Ergänzung 1: Joachim Veith**

Hier meine Vaterunser-Gesten, größtenteils übereinstimmend mit Ihren:

#### **VATER UNSER IM HIMMEL**

Offene Hände auf Brusthöhe mit angelegtem Oberarm ausstrecken

#### **GEHEILIGT WERDE DEIN NAME**

Arme nach oben hin öffnen

#### **DEIN REICH KOMME**

Arme zur Seite hin ausstrecken

#### **DEIN WILLE GESCHEHE**

den Zeigefinger nach oben erheben

#### **WIE IM HIMMEL,**

rechte Hand nach oben zeigen und halten,

#### **SO AUF ERDEN**

linke Hand zum Boden zeigen und halten,

#### **UNSER TÄGLICHES BROT GIB UNS HEUTE**

Hände zur Schale legen

#### **UND VERGIB UNS UNSERE SCHULD**

Arme gekreuzt vor die Brust

#### **WIE AUCH WIR VERGEBEN UNSEREN SCHULDIGERN**

beiden Nachbarn die Hände geben

#### **UND FÜHRE UNS NICHT IN VERSUCHUNG**

Hände abwehrend nach vorne halten

#### **SONDERN ERLÖSE UNS VON DEM BÖSEN**

Hände flach auf die Brust legen

#### **DENN DEIN IST DAS REICH**

die Hände den Erdkreis nachzeichnen lassen

#### **UND DIE KRAFT**

„Kraftmaxe spielen“: Oberarmmuskeln anspannen

#### **UND DIE HERRLICHKEIT**

offene Hände auf Brusthöhe mit angelegtem Oberarm ausstrecken

#### **IN EWIGKEIT. AMEN.**

Arme leicht ausgestreckt nach oben