

FADERVOR MED FAGTER

Brug fagterne og bevægelserne, mens I beder fadervor.

Vor Fader,	(vugger armene foran dig)
du som er i Himlene!	(peg op med begge pegefingre og lav en halv måne)
Helliget blive dit navn,	(fold hænderne)
komme dit rige,	(ræk hænderne i vejret og træk dem langsomt nedad)
ske din vilje	(dan en cirkel om dig selv)
som i himlen	(peg op)
således også på jorden;	(lav en cirkel, som jorden)
giv os i dag vort daglige brød,	(lad som om du former boller)
og forlad os vor skyld,	(som om du driller – en finger kører på den anden finger)
som også vi forlader vore skyldnere,	(giv dig selv et knus)
og led os ikke ind i fristelse,	(træk hænderne op foran som forsvar)
men fri os fra det onde.	(skub hænder ud til siden)
For dit er riget	(tag hænderne over hovedet, dan et tag som et tårn)
og magten	(spil med musklerne)
og æren	(ræk hænderne frem til lovprisning)
i evighed!	(lav cirkelbevægelse foran krop, som slutter med et klap på "Amen")
Amen.	(et klap/samle hænderne)

Ide af Britta Søes og Berit Skødt