

BØN OG FADERVOR

FADERVOR MED FAGTER



Vor Fader,	<i>Lav kryds med dine arme på brystet, som om du får en krammer</i>
du som er i himlene!	<i>Løft armene halvt op og peg opad med begge pegefingre</i>
Helliget blive dit navn,	<i>Løft armene helt op (med åbne hænder lidt ud til siden, så du står som et Y)</i>
komme dit rige,	<i>Træk hænderne langsomt ned igen (med håndfladerne opad)</i>
ske din vilje	<i>Dan en cirkel om dig selv</i>
som i himlen	<i>Peg op</i>
således også på jorden;	<i>Lav cirkel i luften</i>
giv os i dag vort daglige brød,	<i>Klap hænderne sammen flere gang, som om vi former boller</i>
og forlad os vor skyld,	<i>Kør en pegefinger på den anden pegefinger, som om du driller</i>
som også vi forlader vore skyldnere,	<i>Giv dig selv et knus</i>
og led os ikke ind i fristelse,	<i>Skub hænderne op foran som forsvar</i>
men fri os fra det onde.	<i>Skub hænderne hårdt ud til siden</i>
For dit er riget	<i>Dan et tag med hænderne over dit hoved</i>
og magten	<i>Spil med musklerne</i>
og æren	<i>Ræk hænderne frem til lovprisning</i>
i evighed!	<i>Lav cirkelbevægelse foran kroppen (som slutter med et klap på "Amen")</i>
Amen.	<i>Klap eller saml hænderne</i>