

Körper-Gebete

Bewegtes Glaubensbekenntnis:

Ich glaube an Gott,
der wie eine Sonne ist,



(mit den Armen einen Kreis beschreiben)

der uns geschaffen hat
und uns lieb hat.



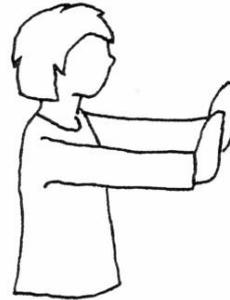
(Arme über der Brust kreuzen)

Ich glaube an Jesus Christus,
der uns von Gott erzählt hat.



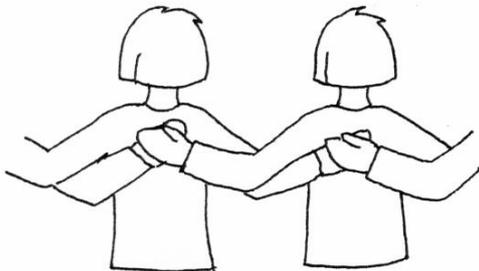
(Hand an den Mund legen)

Er war gegen Gewalt



(Geste der Abwehr;
beide Handflächen nach außen gedreht)

und hat vielen Menschen geholfen.



(flache Hand rechts und links auf
den Rücken des Nachbarn legen)

Ich glaube an den heiligen Geist,
der die Menschen
mutig, stark und fröhlich macht.



(Arme und offene Hände im „U“ nach oben,
Fäuste machen Arme ganz nach
oben öffnen und strecken)

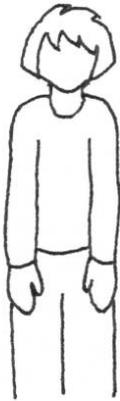
Bewegte Segensworte:



Gott breite Frieden in mir aus.



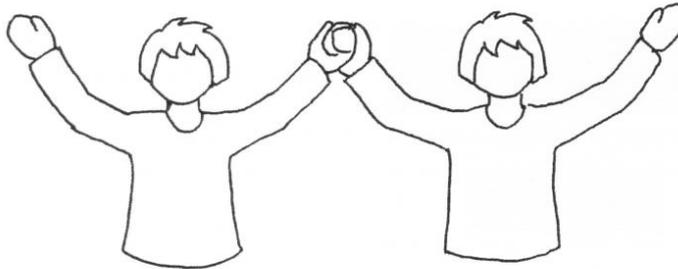
Lass ihn wachsen aus mir heraus.



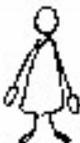
Gib meinen Beinen festen Stand



und halt mich sicher in deiner Hand.



Amen.

Gott lass mich wachsen		<i>Aufstehen</i>
Sei du bei mir		<i>Arme langsam hochstrecken und langsam absenken</i>
Schütze meine Gedanken		<i>Hände auf den Kopf legen</i>
Nimm meine Sorgen von den Schultern		<i>Hände vom Kopf über die Schultern nach unten „abstreifen“</i>
Lass mich mein Herz spüren		<i>Hände zum Herzen</i>
Gib Kraft für diesen Tag		<i>Handschale</i>
Lass mich heute nicht alleine sein		<i>Sich gegenseitig an den Händen fassen</i>

Quelle: https://www.korbiwiki.de/index.php?title=Datei:Segen_durch_Gesten.jpg#filelinks