

Der Herr

Hände und Arme in die Höhe und Blick zum Himmel.

ist mein Hirte,

Einen Arm absenken und locker hängen lassen, den anderen nach oben recken und mit der abgeknickten Hand ein Dach über dem eigenen Kopf bilden.

mir wird nichts mangeln.

Mit dem Zeigefinger „Nein“ machen.

Er weidet mich auf einer grünen Aue

Einen Schritt zur Mitte. Beide Hände breiten sich aus und zeigen eine große Fläche.

und führet mich

Man nimmt sich bei der Hand und geht rechtsherum einige Schritte im Kreis.

zum frischen Wasser.

Stehenbleiben, Schöpfbewegung.

Er erquicket meine Seele.

Das geschöpfte Wasser übers Gesicht laufen lassen.

Er führet mich auf rechter Straße um seines Namens willen.

Man nimmt sich wieder bei der Hand und geht jetzt linksherum im Kreis.

Und ob ich schon wanderte im finsternen Tal,

Hände vors Gesicht nehmen oder Handrücken sorgenvoll auf die Stirn legen.

fürchte ich kein Unglück;

Arme vor der Brust überkreuzen.

denn du bist bei mir,

Bei den Händen fassen und gemeinsam einen Schritt zur Mitte gehen.

dein Stecken und Stab trösten mich.

Hände auf die Schultern der Nebenstehenden links und rechts legen.

Du bereitest vor mir einen Tisch

Einen Schritt wieder zurück und so tun, als würde man eine Tischdecke auf einem Tisch glatt streichen.

im Angesicht meiner Feinde.

Mit einem Fuß aufstampfen.

Du salbest mein Haupt mit Öl

Über den eigenen Kopf streichen.

und schenkst mir voll ein.

Eine Hand bildet einen Becher, die andere tut so, als gieße sie aus einer Kanne etwas hinein.

Gutes und Barmherzigkeit werden mir folgen mein Leben lang,

Alle drehen sich nach rechts, legen dem/der vorderen Nachbarn/in die Hände auf die Schultern und gehen dann alle gemeinsam einige Schritte im Kreis.

und ich werde bleiben im Hause des Herrn immer dar.

Stehen bleiben und mit den Armen ein Dach über dem eigenen Kopf bilden.

