

Shabat shalom

Vredeswens die uitgesproken wordt op sabbat uit de joodse traditie.

Dit lied past zowel bij 'Spiegel van de geest' (geest tot rust brengen) als bij 'Spiegeleffect' (liefdevolle houding)

1. Shabbat shalom, shabbat shalom *Vrede zij met de Sjabbat, of,*
2. Shabbat shabbat shabbat shabbat shalom *De Vrede van Sjabbat zij met U*
Herhaal 1 en 2.
3. Shabbat shabbat
4. Shabbat shabbat shalom.
Herhaal 3 en 4.

Standaard: Am. Open stemming: Am, capo 2e fret.

Am Dm Am Dm Am Dm
Shab-bat sha-lom shab-bat sha-lom shab-bat shab-bat shab-bat shab

Am E7 Am Am Dm Am
bat sha-lom. Shab-bat, shab-bat klap shab-bat shab-bat sha-lom.

Start: Maak kring, houd handen vast. Dansrichting is tegen de klok in.

1. Maak 4 stappen naar rechts: R L R L, één stap per woord.
2. Blijf naar rechts bewegen, maak 8 stappen.
Herhaal 1 en 2.
3. Stap naar het centrum, hef armen op. Laat handen los en klap op maat 2, na tweede Shabbat. *zie muziek*
4. Stap achterwaarts. Breng armen omlaag. Pak handen vast voor herhaling.
Herhaal 3 en 4.