

**Start**

Ich sage:  
"Im Namen Gottes,  
des Barmherzigen",  
und wasche mir die  
Hände.



Ich spüle mir dreimal  
den Mund aus.



Ich spüle meine Nase  
und schnäuze dreimal.



Ich wasche mir  
dreimal das Gesicht.



Ich wasche mir  
dreimal den rechten  
Unterarm, dann  
dreimal den linken  
Unterarm.



Ich befeuchte mir den  
Kopf mit Wasser.



Ich streiche mir das  
Wasser bis weit in den  
Nacken.



Ich wasche mir außen  
und innen die Ohren.



Ich wasche mir  
dreimal den rechten  
Fuß, dann dreimal den  
linken Fuß.



Ende.