

~ תפילות לפני אוכל ~

Tön pa la me Sangye rinpoche/  
Kyob pa la me Damchö rinpoche/  
Dren pa la me Gedün rinpoche/  
Kyab ne Kön Chog sum la chö pa bül//

Dorje Chang chen Tili Naro dang/  
Marpa Mila chö je Gampopa/  
Pagmo Drupa gyal wa Drigungpa/  
Lama Yidam Kandro chö pa bül//

Si sum wang dü dro wa ma lü kyong/  
Sangye tong gi ten pa sung war dzä/  
Dro we'i sam pa chö zhin drub dzä ma/  
Ye zhin sam drub Achi chö pa bül//

OM AH HUM x3

~ תפילות לפני אוכל ~

לבודהה - המורה יקר הערך שאין כמותו,  
לדהרמה - המגינה יקרת הערך שאין כמותה,  
לסאנגקה - המדריכה יקרת הערך שאין כמותה,  
אל שלושת מעניקי המחסה הנעלים מכל,  
אגיש מנחה.

דוֹרְגִ'ה צ'אָנְג הגדול, טילי, נְרוֹפָה, מְרָפָה,  
מילֶרְפָה, אדון הדהרמה גַמְפּוֹפָה,  
פֶּאָנְמוֹדְרוֹגְפָה והמנצח דְרִיגוֹנְגְפָה,  
לְאֵמָה (גורו), יִידָאם (דוֹה), קְנָדְרוֹ (דַאקִיני),  
לכם אגיש מנחה.

היא מושלת על שלושת עולמות הקיום,  
מגינה על כל היצורים ועל לימוד אלף הבודהות;  
מגשימה את שאיפות הנוודדים בהתאם לדהרמה.  
לו נזכה בברכתה של אַצ'י, ממלאת המשאלות.  
לך אגיש מנחה.

אום אָה הום 3x