

སྐྱབས་འགོ་དང་སེམས་བསྐྱེད།  
Refúgio e Bodicita

སངས་རྒྱལ་ཚོས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚོག་རྣམས་ལ།  
**SANG GYE CHO DANG TSOG KYI CHOG NAM LA**  
*buda darma e sanga de supremo (plural) para*  
*(assembléia de praticantes comprometidos)*  
Para o Buda, o Darma e a Assembléia dos Excelentes

བྱང་ཚུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཚོ།  
**JANG CHUB BAR DU DAG NI KYAB SU CHI**  
*iluminação até eu refúgio para ir*  
Eu tomo refúgio até que a iluminação seja atingida.

བདག་གིས་སྤྱིན་སོགས་བགྱིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས།  
**DAG GI JIN SOG GYI PAI SO NAM KYI**  
*Eu pela generosidade demais perfeições\* agindo, praticando virtude através*  
*\*disciplina, paciência, diligência, meditação, sabedoria*  
Através da virtude de praticar generosidade e as demais perfeições.

འགོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག།  
**DRO LA PHEN CHIR SANG GYE DRUB PAR SHO**  
*todos os seres para beneficiar no intuito de buda realizar que possa acontecer*

Que eu possa atingir a budeidade para benefício de todos os seres.

*Eu tomo refúgio no Buda, no Darma e na Assembleia dos Excelentes até que a iluminação seja atingida. Através da virtude de praticar generosidade e as demais perfeições, que eu possa atingir a budeidade para benefício de todos os seres.*

འཛིན་གསུམ་རྗེས། [Repetir três vezes.]