

དེལ་རྒྱལ་རྒྱལ་ཞེས་བྱ་བ་ལེ། དང་པོ་རྒྱལ་བ་འགྲོའི་རིམ་པ་ནི། བཞོ། རྒྱ་གསུམ་སྒྲ་མར་སྟིང་ནས་རྒྱལ་བ་སུ་མཚེ། འགྲོ་རྣམས་སྦྱོལ་བྱིར་བྱང་ཚུབ་སེམས་མཚོག་བསྐྱེད།

NA MO KU SUM LA MAR NYING NAY KYAP SU CHI DRO NAM DRÖL CHIR JANG CHUP SEM CHOK KYAY

*For the continuing, combined practice, first go for refuge: Nammo. I go for refuge from my heart to the trikaya guru. In order to liberate beings, I generate bodhicitta.*

ཕྱག་འཚལ་མཚོན་འབུལ་སྲིག་བཤགས་དག་ཡི་རང་། མི་འདའ་བཞུགས་གསོལ་ཚོས་གསུང་དག་བ་བསྐྱོ། རྒྱལ་བ་སོང་བྱང་ཚུབ་སེམས་མཚོག་བསྐྱེད།

CHAK TSAL CHÖ BÜL DIK SHAK GE YI RANG MI DA SHUK SÖL CHÖ SUNG GE WA NGO

*I prostrate, offer, confess wrongs, rejoice in virtue, request you to remain without passing and to teach dharma, and I dedicate virtue.*

*Having gone for refuge, generate bodhicitta.*