

***Prière avant tous les répas***

༄༅། །སྟོན་པ་སྐྱ་མེད་སངས་རྒྱལ་རིན་པོ་ཆེ། །

**TEUNPA LAMÉ SANGYÉ RINPOCHÉ**

A l'insurpassable Maître, le Précieux Bouddha

སྐྱབས་པ་སྐྱ་མེད་དམ་ཚེས་རིན་པོ་ཆེ། །

**KYOBPA LAMÉ DAMTCHEU RINPOCHÉ**

A l'insurpassable Protecteur, le Précieux et Saint Dharma

འབྲེན་པ་སྐྱ་མེད་དགེ་འདུན་རིན་པོ་ཆེ། །

**DRENPA LAMÉ GUENDUNE RINPOCHÉ**

A l'insurpassable Guide, le Précieux Sangha,

སྐྱབས་གནས་དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་མཚོན་པ་འབྲུལ། །

**KYABNÉ KEUNTCHOK SOUM LA T'CHEU PA BUL**

Aux Trois Rares et Sublimes Refuges, j'offre cette nourriture.