

## ***Gebet vor dem Essen***

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

**TÖN PA LA ME SANGYÄ RINPOCHE**

Dem unübertrefflichen Lehrer, dem kostbaren Buddha,

སྐྱབས་པ་སྐྱེ་མེད་དམ་ཚེས་རིན་པོ་ཆེ། །

**KYOB PA LA ME DAM TSCHÖ RINPOCHE**

dem unübertrefflichen Schutz, dem kostbaren reinen Dharma,

འཇིག་པ་སྐྱེ་མེད་དགའ་འདུན་རིན་པོ་ཆེ། །

**DrEN PA LA ME GHEnDHÜN RINPOCHE**

der unübertrefflichen Führung, der kostbaren Sangha,

སྐྱབས་གནས་དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་མཚོད་པ་འབུལ། །

**KYAP NÄ KÖN TSCHOG SUM LA TSCHÖ PA BÜL**

den drei Juwelen, den Quellen der Zuflucht,  
bringe ich Opfergaben dar.