

Selvordinasjon

Erkjennelse

*All galt karma jeg noen gang har skapt,
i grådighet, vrede og uvitenhet,
født av tanker, ord og gjerninger
uten begynnelse.
Jeg erkjenner det nå, og befrir meg helt.*

Tilflukter

Jeg tar tilflukt til den rene Dharmakaya Buddha i min egen fysiske kropp.
Jeg tar tilflukt til den mangfoldige Nirmanakaya Buddha i min egen fysiske kropp.
Jeg tar tilflukt i den fremtidige perfekte Samboghakaya Buddha i min egen fysiske kropp

Forpliktelse

Jeg lover å utvikle sjenerøsitet
Jeg lover å utvikle disiplin
Jeg lover å utvikle tålmodighet
Jeg lover å utvikle iherdighet
Jeg lover å utvikle meditasjon
Jeg lover å utvikle visdom

Løftene

Sansende vesener er talløse –
Jeg lover å redde dem alle.
Grådighet, vrede og uvitenhet oppstår uopphørlig –
Jeg lover å overvinne alt.
Dharmaportene er talløse –
Jeg lover å gå gjennom alle.
Buddhas vei er uten ende –
Jeg lover å følge den helt til slutt.