

KUSALI TSOK

Preliminary prayers

- **Palden tsawai lama rinpoche** **Dag gi chiwo pema den shug la**
Glorious and precious Root Lama Residing at the crown of my head
- **Kadrin chenpo go neh jeh zung teh** **Ku sung tuk kyi ngödrup tsel du sol**
Through your great kindness, please Grant spiritual accomplishment of body, speech and mind.

བདག་ཅག་རྣམས་ལ་སྤང་བར་བྱེད་པའི་དགྲ། གཞོད་པར་བྱེད་པའི་བགོགས།

- **Dak chak nam la dangwar chepai dra.** **Nöpar chepai gek.**
I, together with all hateful enemies,

ཐུབ་པ་དགོས་སྐབས་ལ་བར་དུ་གཞོད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུ།

- **Tarpa gewa drubpa la bar du chöpai kyen**
Harm causing obstructors; Conditions that cut off our accomplishment of virtue and realization

ཁ་མས་གསུམ་པ་མ་དགོས་དུག་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་

- **Kam sumpa ma rig druk semchem tamché**
All father and mother sentient beings of the triple worlds

ཁ་ཞོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐབས་སུ་འགྲོ་བར་བཞུགས། །པམ།

- **Kön chog sum la kyab su drowar gyio. Phat**
We take refuge in the Three Jewels. Pai.

གྱུ་ཡག་གི་སྤྱི་དབྱེ་ནས་མནར་མེད་ཡན་ཆད་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉོན་ཅིག་།

- **Kye! Ya gi si tse neh narmeh yen che kyi semchen tamché nyön chik**
Kye. From the pinnacle of existence down to Avici Hell, all sentient beings, Listen!

འབྲུང་པོ་ཕྱན་བུ་ཉམ་ཆུང་བ་རྣམས་མ་སྐྱག་ཅིག་། ཁ་སྤངས་ཤིག་། ཤིན་རྒྱུ་མ་སྤངས་ཤིག་།

- **Jungpo drenbu nyam chungwa nam**
All you small and feeble elementals,

- **Ma drak chik. Ma ngang chik. Shintu ma ngang chik.**
Don't be afraid, don't be scared, truly don't be frightened.

(kangling 3 times).

KUSALI TSOK

by Jigmé Lingpa

of the LongChen NyingTik

ཀུ་སྤུ་ལུ་འཛིན་ཆོག་གས་གསོག་ ཅེ

Refuge

དཀོན་མཆོག་གསུམ་དངོས་བདེ་གསེགས་རྩ་བ་གསུམ་ཅེ

- **Kön chog sum ngö desheg tsawa sum**

In the Three Roots, the Bhuddic Three Jewels in actuality,

རྩ་རྒྱུད་ཐིག་ལེའི་རང་བཞིན་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཅེ

- **Tsa lung tiglé rang shin jangchub sem**

In Awakening Mind, whose essential nature is the channels, winds and drops,

ངོ་པོ་རང་བཞིན་ཐུགས་རྒྱུད་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་ཅེ

- **Ngowo rang shin tukjé kyilkor la**

In the mandala of essence, natural expression and compassion (the three kayas)

བྱང་ཆུབ་སྤྱིར་པོའི་བར་དུ་སྐྱབས་སུ་མཆི་ཅེ ལན་གསུམ་ཅེ

- **Jangchub nyingpoi bar du kyab su chi**

3 times

Till the heart of enlightenment, I go for refuge.

Bodhicitta

ནོ་ སྣ་ཆོག་གས་སྤང་བ་ཆུ་ཆེའི་རྩྭ་རིས་ཀྱི་ཅེ

- **Ho! Natsok nangwa chu da'i dzün ri kyi**

HO! Because of various phenomena, like the deceptive reflection of moon in water,

འཁོར་བ་ལུ་གྱ་རྒྱུད་དུ་འབྱམས་པའི་འགྲོ་ཅེ

- **Korwa lu gu gyü du jampai dro**

Sentient beings wander in the unbroken chain of samsaric life.

རང་རིག་འོད་གསལ་དབྱིངས་སུ་ངལ་གསོའི་ཕྱིར་ཅེ

- **Rang rig ö sel ying su ngal soi chir**

In order to relax into the space of self-aware, clear light,

ཆད་མེད་བཞི་ཡི་ངང་ནས་སེམས་བསྐྱེད་དོ་ཅེ ལན་གསུམ་ཅེ

- **Tsé meh shi yi ngang neh sem kyé do**

3 times

From the sphere of the Four Immeasurables, we generate Bodhicitta.

Pay. Phat!



Feast Preparation

ལུས་གཅེས་འཛིན་པོར་བས་རྩ་བདུད་ཚེས་མེད་པུ་

- Lü che dzin porweh lha dü chom

Casting off the cherished form to which we grasp, the Demon of the Divine Child is overcome.

སེམས་ཚངས་པའི་སྒོ་ནས་དབྱིངས་ལ་ཐོན་པུ་

- Sem tsangpai go neh ying la tön

Casting the mind into space via the Brahmanical aperture,

འཆི་བདག་གི་བདུད་བཙོམ་ཁྲོས་མར་གྱུར་པུ་

- Chi dag gi dü chom trö mar gyur

The Demon Lord of Death is conquered, and I become Troma.

གཡས་ཉིན་མོངས་བདུད་འཛིན་གྱི་གྲག་གིས་མེད་པུ་

- Yeh nyön mong dü jom driguk gi

Through the Driguk brandished in the right hand, the Demon of Emotional Conflict is subdued;

གཟུགས་ཕུང་པོའི་བདུད་བཙོམ་ཐོན་པ་བྲེགས་པུ་

- Zuk pungpo'i dü chom töpa drek

The skull is sheared off, destroying the Demon of the Aggregate of Form;

གཡོན་ལས་བྱེད་ཚུལ་གྱིས་རྒྱུ་ཐོགས་པུ་

- Yön leh jeh tsül gyi ben da tok

The left wields the skull cup, through which activities are performed;

སྐུ་གསུམ་གྱི་མི་མགོའི་སྐུད་པུར་བཞག་པུ་

- Ku sum gi mi go'i kyebur shak

Placed on the human skull hearth of the Three Buddha Bodies,

ནང་སྒོར་གསུམ་གང་བའི་བམ་རྩ་དེ་པུ་

- Nang tong sum gangwai bam ro deh

Inseparable appearance and emptiness, the corpse fills the triple-fold world.

ཡུལ་ཕུང་དང་ཉི་ཡིག་གིས་བདུད་ཅིར་བཞུ་པུ་

- AH tung dang HAM yig gi dütsi shu

Through the syllables of the short AH and HAM, it then melts into dutsi.

འབྲུ་གསུམ་གྱི་རྣམ་པས་སྐུར་སྒེལ་བསྐྱར་པུ་ ཨོྃ་ཨུཾ་ཧྲཱི། ཅི་རྣམ་བསྐྱས་མཐར།

- Dru sum kyi nüpeh jang pel gyur. OM AH HUNG many times

By the force of the three syllables, it is purified and expanded. Om Ah Hung.



Feast Offering

ཕཎ་ལའ་མཆོད་ཡུལ་མགོན་གྱི་བྱུགས་དམ་བསྐྱང་།

- **Phat. Yar chö yül drön gyi tuk dam kang**

Phat. Through the Higher Guests of the offering field, our heart commitments are fulfilled.

ཆོགས་ཇོགས་ནས་མཆོག་བྱན་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་།

- **Tsok dzok neh chog tün ngödrub tob**

By perfecting the accumulations, we attain siddhi, ordinary and supreme.

3 times

མར་འཁོར་བའི་མགོན་མཉེས་ལན་ཆགས་བྱང་།

- **Mar korwai drön nyeh lenchak jang**

The Lower Guests of samsara being pleased, karmic debts are purified;

བྱད་པར་གནོད་བྱེད་བགེགས་རིགས་ཆོམ་།

- **Chepar du nö jeh gek rig tsim**

3 times

Especially, the malicious class of obstacle-makers is satisfied.

Dissolution

ནད་གདོན་དང་བར་ཆད་དབྱིངས་སུ་ཞི་།

- **Neh dön dang barché ying su shi**

Sickness, demons and obstacles are pacified into space;

ཁྱེན་ངན་དང་བདག་འཛིན་རྩལ་དུ་བཟུགས་།

- **Kyen ngen dang dak dzin dü du lak**

Negative conditions and grasping at self are crushed to dust;

མཐར་མཆོད་བྱ་དང་མཆོད་བྱེད་མཆོད་ཡུལ་ཀླན་།

- **Tar chö ja dang chö jeh chö yül kün**

In the end, everything—the giver, the act of offering and offering field—

གཤིས་ཇོགས་པ་ཆེན་པོར་མ་བཅོས་ཨུ་།

- **Shi dzokpa chenpor ma chö AH**

Dissolve into the unfabricated Great Perfection. Ah!

From the Ngondro of the Longchen Nyingtik by Jigmé Lingpa.
Translated by Lama Jinpa © 2006





Chö Prayers of Auspiciousness

From the tradition of MaChik and Jigmé Lingpa

མྱ་བསམ་བཞེད་མེད་ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན།

Mra sam jöme sherab paröl chin

Beyond thought, unutterable, wisdom gone beyond,

སོ་སོར་རང་རིག་ཡེ་ཤེས་སྟོན་ཡུལ་བ།

So sor rang rig yeshé chö gyül wa

Whose field is of awareness Discriminating Wisdom,

ཆོས་སྐྱམ་མ་མཐའ་བཞིན་དུ་དབྱེར་མེད་ཀྱང་།

Chö ku namka shin du yermay kyang

Though Dharmakaya, like space, is indivisible,

ཐབས་དང་ཤེས་རབ་མཆོག་ལ་མངའ་བརྟེས་པའི།

Tab dang sherab chög la nga nye pai

You who have dominion over Wisdom and Means,

ཞིང་ཁམས་ཐམས་ཅད་གསེར་གྱི་ས་གནི་ལ།

Zhing kam tamché ser gyi sa shi la

On the golden ground of all worlds

རིན་ཆེན་མེ་ཏོག་མང་པོ་གཙལ་དུ་བགྲམ།

Rinchen metok mangpo chel du tram

Strewing numerous jewels and flowers,

སྤུང་བསྟན་མཛོས་པའི་རྒྱན་ཅིག་གྲོང་ཆེན་པ།

Tubten dzepai gyen chik longchenpa

Sole ornament of the Buddha's teaching of Longchenpa, sovereign of Buddhist theory and practice Jigme Lingpa,

མཚུངས་མེད་སྒྲ་མའི་བསྟན་པ་སྲིད་མཐའི་བར།

Tsung meh la mai tenpa si tai war

Unmatched guru, in all possible ways,

མ་སྐྱེས་མི་འགགས་ནམ་མཐའི་ངོ་བོ་ཉིད།

Ma kye min gak namkai ngowo nyi

unborn, unceasing, whose nature is like space,

དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་གྱི་བགྲ་ཤིས་ཤོག།

Dü sum gyalwai yum gyi tashi shog

homage to the Mother of the Buddhas of the three times.

གཟུགས་སྐུ་འཇའ་ཆོན་བཞིན་དུ་སོ་སོར་གསལ།

Zuk ku jatsön shin du so sor sel

form bodies, like colors of the rainbow, appear distinct and clear.

རིགས་ལྔ་བདེ་བར་གཤེགས་གྱི་བགྲ་ཤིས་ཤོག།

Rig nga dewar sheg gyi tashi shog

auspiciousness of the Tatagata of the five Buddha Families.

མེ་ཏོག་ཕྱུར་རྒྱུ་ཀླུ་ཆར་ལྷར་འབབས།

Metok pundarika char tar beb

like a rain of Pundarika flowers,

ཡུམ་གྱུར་སྟོལ་མ་ནམ་མཐའི་བགྲ་ཤིས་ཤོག།

Yum gyur drölma namkai tashi shog

auspiciousness of the Mother, sky-like Tara.

བཤད་སྟུང་བསྟན་པའི་མངའ་བདག་འཛིན་མེད་སྲིད།

Shay drub tenpai nga dak jigmé ling

upholding theory, practice, hearing, contemplation & meditation.

བཤད་སྟུང་མཐོས་བསམ་སྟོལ་པའི་མཛོན་གྱུར་ཅིག།

Shay drub thö sam gompa dzin gyur chik