



༄༅། ལོ་རྒྱུ་བ་རིན་ཆེན་བཟང་པོའི་སྐད་སྒྲུབ་སློབ་གྲི་སློབ་ཆེན། །

LRZTP 9 Module 3 – Lesson 19, October 2023

སྒྲུབ་མཁའ།



- སྒྲུབ་པ། ཟླ་བ་རྗེས་མར་བོད་ཟླ་དང་པོ་ཡིན་ཅང་ང་ཚོའི་བོད་པའི་ལོ་གསར་རེད།
- ལེ་ཉི། ཇམ་མ། སྦྱིད་པ་ལ། ད་ལོ་གསར་སྟེབས་འགྲོའོ་འདུག།
- སྒྲུབ་པ། ཟླ་བ་འདིའི་ཟླ་མཇུག་ལ་བོད་པ་ཚང་མ་བེལ་བ་ཚ་བོ་ཆགས་ཀྱི་རེད།
ཆོས་པ་ཉི་ཤུ་བརྒྱད་དང་དགུ་ལ་དགོན་པ་ཁག་ལ་འཆམ་བཞུགས་འགྲོ་གི་རེད།
- ལེ་ཉི། ཇམ་ལའི། ཇམ་ནི་བྱེད་རང་ཚོ་ལོ་གསར་སྟེབས་ལ་གཞན་པ་ག་རེ་ག་རེ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད།
- སྒྲུབ་པ། ལོ་གསར་ཆོས་པ་དང་བོ་ལ་ང་ཚོ་ཞོགས་གས་ལྷ་བོ་ཡར་ལངས་བྱས་དང་བོ་དགོན་མཆོག་ལ་མཆོད་པ་
འབུལ་ཀྱི་ཡོད་རེད། དེ་ནས་ང་ཚོ་ནང་མི་དང་མཉམ་དུ་ཆང་སྒྲོལ་བཏུང་པའི་རྗེས་ལ་བྱེ་མར་བཀྲལ་གི་རེད།
ཞོགས་རེ་ལ་བོད་རྩ་དང་འབྲས་སེལ་བྱ་གི་རེད།
- ལེ་ཉི། ཇམ་ལའི། ཇམ་ནི་དེའི་རྗེས་ལ་བྱེད་རང་ཚོ་སྤྱོད་པ་གནང་ཡག་འགོ་བཙུགས་པ་རེད་པ།
- སྒྲུབ་པ། ལགས་རེད། ཞོགས་གས་ཆུ་ཚོད་དྲུག་པ་ལ་ཡན་མན་ལ་བོད་པ་ཚོ་དགོན་པ་ཁག་ལ་མཆོད་མཇུག་འགྲོ་གི་རེད།
- ལེ་ཉི། ཇམ་ནི་མཆོད་མཇུག་ཆར་བའི་རྗེས་ལ་ག་རེ་བྱེད་ཀྱི་རེད།
- སྒྲུབ་པ། དེའི་རྗེས་ལ་ཆང་མ་སོ་སའི་ནང་ལ་ལོག་བྱས་ཉིན་གུང་ཁ་ལག་བྱ་གི་རེད།
དེ་ནས་སོ་སའི་ནང་མི་དང་མཉམ་དུ་སྦྱིད་པོ་བྱས་ནས་བཟང་ཀྱི་རེད།
- ལེ་ཉི། བོད་པ་ཚོས་ཉི་མ་ག་ཚོད་ལོ་གསར་གཏོང་གི་ཡོད་རེད།
- སྒྲུབ་པ། བོད་ལ་ཡིན་ན་བོད་པ་ཚོས་ལོ་གསར་ཆོས་པ་བཅོ་ལྔ་བར་དུ་གཏོང་གི་ཡོད་རེད།
- ལེ་ཉི། ཇམ་ནི་རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ་ལ་ཡོད་པའི་བོད་པ་ཚོས་ཉི་མ་ག་ཚོད་ལོ་གསར་གཏོང་གི་ཡོད་རེད།
- སྒྲུབ་པ། ང་ཚོ་མང་ཆེ་བས་ལོ་གསར་ཉི་མ་གསུམ་གཏོང་གི་རེད།
ལོ་གསར་ཆོས་པ་གསུམ་ལ་ཁང་པའི་ཐོག་ཁ་ལ་དར་སྒྲིག་བཙུགས། བསང་བཏང་བྱེད་ཀྱི་རེད།
- ལེ་ཉི། ཇམ་ནི་བྱེད་རང་ཚོས་ལོ་གསར་གཏོང་ཡག་གི་ག་སྒྲིག་ག་རེ་ག་རེ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་རེད།
- སྒྲུབ་པ། ལོ་མཇུག་ལ་བོད་པ་ཚོས་ལོ་གསར་གྱི་ག་སྒྲིག་ཞེ་དྲགས་བྱེད་ཀྱི་རེད། དཔེར་ན་ནང་གཙང་མ་བཟོ་ཡག་དང་།
ཁ་ཟས་གྲག་(སྟག)ཡག ཆང་བཅོ་ཡག ཉོ་ཆ་རྒྱག་ཡག་ལ་སོགས་པའི་ལས་ཀ་མང་བོ་ཡོད་རེད།
- ལེ་ཉི། ང་ཡང་ད་རེས་བོད་པ་ཚོ་མཉམ་དུ་ལོ་གསར་འདི་སྦྱིད་པོ་ཅིག་གཏོང་གི་ཡིན།
- སྒྲུབ་པ། ཏག་ཏག་རེད། ལོ་གསར་ཆོས་པ་གཉིས་པ་ལ་ང་ཚོའི་ནང་ལ་ཡིན་གཅིག་ཞབས་བྲོ་འབྲས་གར་ཕེབས་ཤོག་ཅུ།