

དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་དང་ཡུན་བརྟན་གོང་འཕེལ།



དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ།



ichcap

International Information and Networking Centre
for Intangible Cultural Heritage in the Asia-Pacific Region
under the auspices of UNESCO



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization



འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ལམ་སྲོལ་ལྟེ་གི་ཁྲོམ་ཆེན་པོ།
BHUTAN NATIONAL
COMMISSION FOR UNESCO



འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ལམ་སྲོལ་ལྟེ་གི་ཁྲོམ་ཆེན་པོ།
BHUTAN NATIONAL
COMMISSION FOR UNESCO



དངོས་མེད་ལམ་སྟོན།

དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་ཉམས་སྤང་ཆོད་ཡིག་གིས་གཤམ་གནད་ཆེ་བའི་དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་འདི་ལམ་ལུགས་སྲོལ་
སྣ་ཚོགས་དང་ཡུན་བརྟན་གོང་འཕེལ་གི་ཁེ་ལེན་གི་སྲོག་ཤིང་སྤེལ་ལེན་འབད་དེ་འདུག།

སྤྱི་ལོ་ ༢༠༢༠ གི་ ཡུན་བརྟན་གོང་འཕེལ་གི་གྲོས་གཞི་གི་ནང་ལུ་ འཆར་གཞི་དང་ལས་འཆར་གཙོ་ཆེན་
གསུམ་ དཔལ་འབྱོར་དང་མི་སྡེ། དེ་ལས་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཚུ་གི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཏེ་ ཡུན་བརྟན་
གོང་འཕེལ་གཏང་ཐབས་ལུ་ ཡུན་བརྟན་གོང་འཕེལ་གི་དམིགས་གཏང་ཁག་ ༡༧ ཡོད་མི་དེ་གིས་ ཡུན་དུ་
གནས་ཐབས་དང་འབྲེལ་མཉམ། དེ་ལས་ འགོ་བ་མིའི་དབང་ཆ་གསུམ་གི་ལྟ་བ་ཚུ་ལུ་གུས་བཀུར་བསྐྱེད་དེ་ གོང་
འཕེལ་གི་ཐབས་རིག་ལེགས་ཤོམ་བཟོ་ནི་ཨིན་མི་འདི་ ལས་འཆར་ཚུ་གི་གྲས་ལས་རྩ་ཆེ་ཤོས་ཅིག་སྤྱེ་ ཕྱིས་
འཛུགས་འབད་དེ་ཡོད། དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་ གཙོ་ཆེ་བའི་ལས་འཆར་གསུམ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་གིས་ ཡུན་བརྟན་
གོང་འཕེལ་ལུ་གོགས་རམ་འབད་ཚུགས་པ་ཨང་ ཞི་བདེ་དང་ཉེན་སྲུང་དགོ་ནི་འདི་ཡང་ ཡུན་བརྟན་གོང་འཕེལ་
གི་དོན་ལུ་ མེད་ཐབས་མེད་པ་ཅིག་ཨིན།

དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་གི་ཕན་འདབས་རྩིས་འཛིན་དང་དོན་སྤྱོད་འབྱུང་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡུན་བརྟན་གོང་འཕེལ་ནང་ལུ་
དེ་གི་ཕན་ཉུས་ག་དེ་སྤེལ་ཤེས་རྟོགས་འབྱུང་ཚུགས་ནི་ཨིན་ན།

དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་འདི་ ཡུན་བརྟན་གོང་འཕེལ་གི་ནང་ལུ་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཅིག་ཨིན་ཟེར་ ཉ་གོ་ནིའི་དོན་ལུ་
དང་ དེ་གི་ཕན་ཉུས་ཚུ་དེ་སྤེལ་ཡོད་ཟེར་ རྩིས་ལེན་དང་ཤེས་གཏོགས་འབྱུང་ནིའི་དོན་ལུ་ ག་ཅི་འབད་དགོ་པ་
འདུག།



© Vice Ministerio de Cultura



© Vice Ministerio de Cultura

སྲོལ་ལུགས་གོང་འཕེལ།

དཔལ་འབྱོར། མི་སྒྲུབ་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་ ཡུན་བརྟན་གོང་འཕེལ་གཏང་ནི་དང་མཉམ་ཅིག་ ཞི་བདེ་དང་ཉེན་སྲུང་གི་ཐབས་རིག་ ལོགས་སུ་ཅིག་མེད་རུང་ ལྷ་གི་གནས་སྤངས་སོ་སོ་འབད་ཡོད། ལམ་ འཆར་དེ་ཚུ་གི་དམིགས་དོན་འགྲུབ་ནི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྤྲོད་བྱས་ལུ་ མ་གཞོད་པ་སྟེ་ ཐབས་ལམ་མཉམ་རུབ་འབད་དེ་ གོང་གསལ་བྱ་སྤྱིའི་ལམ་ འཆར་ཆམ་ཉམ་གྱི་སྒྲུབ་འབྲས་བཏོན་དགོཔ་ཡིན། དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་ འདི་གིས་ ཡུན་བརྟན་གོང་འཕེལ་ཚུ་ རྒྱ་ཆེན་སྟེ་གཏང་ནི་དོན་ལུ་ གྲོགས་རམ་དང་མཉམ་རུབ་འབད་མ་ཚད་ རྒྱལ་སྤྱིའི་མི་སྡེ་ཆམ་ཉམ་གྱི་ མ་འོངས་པའི་མི་ཚེ་ གཤེ་སྟེ་འཛོ་སྤྱོད་འབྲབ་ནི་ཡིན་ན་ ཉ་གོ་བཅུག་ནི་དོན་ལུ་ དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་ཚུ་མཉམ་སྤྲུང་འབད་ནི་འདི་ ལག་ཆེ་ཤོས་ ཅིག་ཡིན།

ཆར་སྤྱིག་ཅན་གྱི་མི་སྡེའི་གོང་འཕེལ།

མི་སྡེའི་གོང་འཕེལ་ཆར་སྤྱིག་སྟེ་འགྲུབ་དགོཔ་ཅིན་ འཛོ་རྟེན་བདེ་སྤྱང་ དང་སྤྱུས་ཚད་ཅན་གྱི་གསོ་བའི་ཞབས་རྟེན་ གཅེན་སྤྱང་ལཱ་ན་པའི་འཕུར་ རྒྱུ་གོ་སྐབས་དང་ མི་སེར་ཆམ་ཉམ་གྱི་རྒྱུད་ལུ་ སྤྱུས་ཚད་ཅན་གྱི་ཤེས་ རིག་ཡོན་ཏན། མི་སྡེ་ཉེན་སྲུང་གི་ལམ་ལུགས་དང་ སོ་མོའི་འབྲེ་མཉམ་ གྱི་ཐབས་རིག་ཚུ་ངེས་པར་དུ་དགོཔ་ཡིན། གོང་གསལ་དམིགས་ལུལ་ཚུ་ གི་ གཞི་རྟེན་ ལུ་ གཞུང་གི་སྤྲོད་བྱས་དང་ དེ་ལས་མི་སེར་ཚུ་ལུ་ རང་ སོའི་བརྩི་མཐོང་ཅན་གྱི་ལམ་ལུགས་ རོས་འཛིན་འབད་ནི་ལུ་ རང་དབང་ ཆར་སྤྱིག་བྱིན་དགོཔ་ཡིན།

མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་འཁྲིལ་བའི་དུས་ཚོད་ཀྱི་ མི་སྡེའི་གནད་ དོན་དང་ དགོས་མཁའི་གཞི་རྟེན་ཚུ་འགྲུབ་ནི་དོན་ལུ་ མི་སྡེའི་ལུགས་ སྲོལ་དང་ རང་བཞིན་གནས་སྤངས་དང་འབྲེལ་བའི་ ཤེས་བྱ་རིག་པའི་ གནས་ཚུལ་ཚུ་ཅིས་པའི་ མི་སྡེའི་སྤྱི་ཚོགས་ཚུ་དང་འབྲེལ་བའི་ དངོས་ མེད་ལམ་སྲོལ་ཚུ་ གོང་འཕེལ་དུས་རམ་བཞིན་དུ་འགྲོ་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན། གཡུས་སྤྱིའི་སྤྱན་བཙོས་ཀྱི་ལུགས་སྲོལ་ བཞེས་སྤྱིའི་སྤྱོད་ལམ་ རྒྱ་ཚུ་ ལག་ལེན་འབྲབ་ཐངས། མི་སྡེ་སྤྱངས་འཛོམས་འབད་ནི། དུས་སྟོན་བཙེ་ སྤྱང་། དེ་ལས་ ཤེས་བྱའི་རིག་པ་ཚུ་སྤྱོད་སྟོན་འབད་བྱིན་ནིའི་ལམ་ ལུགས་ཚུ་ མི་སྡེ་ལུ་མེད་ཐབས་མེད་པའི་ སྤྱི་ཚོགས་གོང་འཕེལ་ཆར་ སྤྱིག་བཙོ་མི་དམིགས་དོན་འགྲུབ་ནི་ལུ་ གལ་ཅན་ཅིག་ཡིན།

འཛོ་རྟེན་བདེ་སྤྱང་སྒྲུབ་ནི་དོན་ལུ་ དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་འདི་ལག་ཆེན་ ཡིན། ར་སྲོལ་གྱི་བཞེས་སྤྱིའི་སྤྱོད་ལམ་དང་ ས་གཞིའི་སྤྱོད་ལམ་དཔེར་ ན་ ལུ་འབྲོག་ ཉལ་བྱུང་ནི། ཤ་བད་འདྲི། བཞེས་སྤྱོ་འཛུལ་སྒྲུབ་འབད་ནི། དེ་ལས་ བཞེས་སྤྱོ་རྒྱ་རྩལ་ནི་ལས་ཉེན་སྲུང་འབད་ནིའི་ལམ་ལུགས་ཚུ་ གིས་ ཟས་བཅུད་དང་འཛོ་བའི་མཐུན་ཆེན་གྱི་བདེ་སྤྱང་བྱིན་ནི་ལུ་ སང་ གོགས་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་མ་ཡིན་ལས་ མི་སྡེའི་སྤྱི་ཚོགས་ཚུ་གིས་

སྤར་སྲོལ་གྱི་ཤེས་བྱ་རིག་པ་ཚུ་ སྤྱོད་སའི་ས་གནས་དང་ གནས་གཤིས་ གནས་སྤངས་དང་འཁྲིལ་བའི་ ཐབས་རིགས་ཆ་ཚད་ གྲངས་ཁ་འབོར་ ཆེ་རྒྱ་ཏོ་ སྲོལ་བཏོད་འབད་དེ་ཡོད། ཁོངས་ཚུ་གི་ཁྱད་རིག་ཚུ་ཡང་ རང་སོའི་སྤྱོད་གནས་ཀྱི་གནས་སྤངས་དང་བསྟན་པའི་གནས་གཤིས་དང་ ཡང་ཅིན་ ས་ཆའི་ཆགས་སྤངས་སྤྱོ་ཆོགས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་འོངས་ཡིན་མ་མ་ ཆད་ སེམས་ཅན་དང་སྟེ་ཤིང་། དེ་ལས་སོ་ནམ་འཕྱོད་བསྟེན་སྤྱོ་ཆོགས་ཚུ་ ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡང་ བྱུངས་ཡིན་མས། དེ་བཟུམ་སྟེ་ ས་གནས་ཀྱི་གནས་ གཤིས་སྤྱར་བའི་འགྲོས་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ མི་ཚེ་འཛོ་བསྐྱོར་ཐངས་ལུ་ མི་ སྟེ་རང་རང་སོ་སོ་གིས་ བཞེས་སྤྱོ་རྒྱ་ཚུ་ཡུན་བརྟན་སྟེ་ཉམས་སྤྱང་འབད་ ཐངས་དང་ བཞེས་སྤྱོའི་འཕྱོར་བསྟེན་སྤྱོད་ཐངས་ཚུ་ཡང་ དེ་སྟེ་བྱུང་ ཡོད་པ་ཡིན། འཛམ་གླིང་གཏེར་ཡིན་རུང་ གཟུགས་ཁམས་འཕྲོད་ བསྟེན་ལེགས་ཤོམ་གནས་ཐབས་ལུ་ ཟས་བཅུད་དང་ལཱ་ན་སྟེ་སྤྱོད་ནི། བཞེས་སྤྱོ་སྤྱོ་ཁ་མངས་བཟའ་སྤྱོད་འབད་ནི། ས་གཞིའི་བཅུད་ཡར་རྒྱ་ གཏང་ནིའི་དོན་ལུ་ སོ་ནམ་ཞིང་ལྷ་གི་ལམ་ལུགས་ལུ་ བརྟེན་ཏེ་སྤྱོད་དོ་ ཡོད་པ་ཡིན། དེ་འབད་མ་ལས་བརྟེན་ འཛམ་གླིང་གི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལུ་ སྤྱུས་ཚད་དང་ལཱ་ན་པའི་ཟས་བཅུད་དང་ཉེན་སྲུང་། དེ་ལས་ བཞེས་སྤྱོ་ཚུ་ ཡངས་སྟེ་ངེས་བརྟེན་བཙོ་ཐབས་ལུ་ སོ་ནམ་ཞིང་ལྷ་གི་ལམ་ལུགས་ཚུ་ ཡང་བསྟེན་གཏང་ནི་དང་ ཁྱད་རིག་ཚུ་འོས་འབབ་དང་ལཱ་ན་པའི་བཙོ་དགོཔ་ འདི་ གལ་གནད་ཅན་ཅིག་ཡིན།

སྤར་སྲོལ་གྱི་འཕྲོད་བསྟེན་སྤྱན་བཙོས་ཀྱིས་ གཡུས་སྤྱིའི་མི་སྡེ་ལུ་ སྤྱུས་ ལཱ་གྱི་སྤྱན་བཙོས་ཞབས་རྟེན་དང་ བདེ་སྤྱང་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་། འཛམ་ གླིང་ནང་གི་མི་སྡེ་ཆམ་ཉམ་གྱིས་ སྤར་སྲོལ་གྱི་སྤྱན་བཙོས་འད་མིན་གྱི་ རིག་པ་དང་ གསོ་དཔུད་ཀྱི་ཞབས་རྟེན་ཚུ་ཡང་ གཙོ་བོ་ ས་གནས་ཀྱི་ རང་བཞིན་གནས་སྤངས་ཀྱི་འཕྱོར་བསྟེན་ཚུ་ ལག་ལེན་འབྲབ་ཐོག་ལས་ བྱ་སྤྱུལ་བདེམ་དང་སངས་ཐོགས་ཅན་ཅིག་སྟེ་ སྲོལ་བཏོད་འབད་དེ་ ཡོད་པ་ཡིན། སྤྱོ་སྤྱན་གྱི་རིགས་ལག་ལེན་པ་ཚུ་གིས་ དཔེར་ན་ མི་ལོ་ བརྒྱ་ལྷག་གི་རིང་ གཞི་རྟེན་གསོ་བའི་ཞབས་རྟེན་བྱིན་མི་ གཙོ་བོ་ཅིག་ སྟེ་སྤྱོད་ཅུག་ སྤྱོ་སྤྱན་གྱི་ལུ་དང་འབྲེལ་བའི་ སྤར་སྲོལ་གྱི་གསོ་བའི་རིག་ པ་དང་ སྤྱན་བཙོས་ཞབས་རྟེན་བྱིན་ནི་ཚུ་ཡང་ ཉམས་སྤྱོད་གི་ཐོག་ལས་ གཙོ་བོ་ནད་པ་ཚུ་ལུ་སྤྱན་བཙོས་འབད་ནི་འདི་ཡིན། དེ་བྱེ་འབད་པ་ཅིན་ ཏང་ག་དང་ཏུན་ཇོ་ལུ་ གི་རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་གི་ནང་ལུ་ སྤྱན་བཙོས་ཀྱི་ ཞབས་རྟེན་བྱིན་མི་ སྤྱོ་སྤྱན་ལག་ལེན་པའམ་དུང་འཛོ་ སྤྱན་གཡོག་པ། རང་ལུགས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་མཁས་མཆོག་ཚུ་གི་རྒྱུད་ལུ་ ནང་ སེམས་ཁམས་ཀྱི་ནད་གཞི་བཙོས་ཐབས་འབད་ནི་དང་ ཕྱི་གཟུགས་ ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་བཙོས་ཐབས་ཀྱི་ ཤེས་བྱའི་རིག་པ་ལཱ་ན་ཏེ་ཡོད་པའི་ མཁས་རིག་ཅན་ཚུ་ཡིན། དེ་བཟུམ་གྱི་སྤྱན་བཙོས་ཞབས་རྟེན་ལེན་ནི་ཚུ་ ཐན་ མཐའ་བུར་གྱི་གཡུས་སྤྱོ་ཚུ་གི་ནང་ལུ་ཡང་ སྤྱན་དང་སྤྱན་བཙོས་ ཀྱི་ཞབས་རྟེན་ལེན་ནི་དང་སྤྱན་བཙོས་འབད་ནི་ཚུ་ བྱ་སྤྱུལ་བདེ་རྒྱ་ཏོ་ ཡོད་པ་ཡིན་རུང་ མི་སེར་ཚུ་གི་རེ་འདོད་དང་འཁྲིལ་ དུས་ཚོད་ནམ་

དུས་སྟོན་ཚུ་གི་སྐབས་ལུ་ བཞེས་སྤྱོ་ཚུ་གིས་ སྤར་སྲོལ་གྱི་རྒྱ་དངོས་ གསལ་སྟོན་འབད་མ་ ཡིན་མ་མ་ཚད་ དེ་གིས་གཡུས་སྤྱོ་རང་སོའི་ངོ་ ཏོགས་དང་ གཡུས་དང་འབྲེལ་བའི་བག་ ཆགས་ཀྱི་ཆོར་སྤང་ཡང་བྱིན་མ་ཡིན།



© UNESCO / Isaac Omoro 2011



© UNESCO / Isaac Omoro 2011

དགོས་ཅིག་ འཇམ་རྟག་ཏྲ་སྤྱོད་ཐོབ་མི་ཚུགས་པའི་ དཀའ་ངལ་ཡོད།

སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་ ལག་ལེན་འཇམ་རྟག་ཏྲ་སྤྱོད་ཐོབ་ཚུགས་པའི་ གསེ་བའི་
ཞབས་རྟག་ཕྱིན་སའི་ས་གནས་ཚུ་ནང་ལུ་ སྤར་སྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་
གསེ་བའི་སྤྱན་བཅོས་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་བྱའི་རིག་པ་ཚུ་ མ་འོངས་ན་
གཞིན་ཚུ་ལུ་བཤད་དེ་ཕྱིན་ནི་དང་ སྤྱན་ཏེ་ཕྱིན་ནི་ཚུ་ ཡར་རྒྱས་དང་གོང་
འཕེལ་གཏང་ཐབས་ལུ་ ཆ་བཞག་དང་ངོས་ལེན་འབད་ནི་བཟོ་དགོས་
ལག་ཆེ། ག་ཅི་སྤྱོད་ཡིན་ན་ཟེར་བ་ཅིན་ དེང་སང་ ཕྱི་པའི་སྤྱན་བཅོས་འབད་
སའི་སྤྱན་ཁང་ཚུ་ གཞི་བཙུགས་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ ས་གནས་ཚུ་གི་ནང་
ལུ་ རང་ལུགས་ཀྱི་སྤྱན་བཅོས་འབད་ཐངས་དང་ དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་
བྱའི་རིག་པ་ཚུ་ མི་སྡེ་ལམ་སྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་ རང་སྲོལ་ཚོས་ལུགས་
ཀྱི་བཙུམ་མཐོང་ཚུ་ལུ་ གཞི་རྟེན་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ས་ སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་མི་སྡེ་
ཚུ་ལུ་ ཕྱི་པ་དང་རང་ལུགས་གཉིས་ཆ་རའི་སྤྱན་བཅོས་ཞབས་རྟག་ཟུང་
འབྲེལ་སྤྱོད་གཞི་བཙུགས་འབད་དེ་ཡོད་མི་གིས་ མི་སེར་ཚུ་གིས་སྤྱན་
བཅོས་ཞབས་རྟག་ལེན་ནི་ལུ་ གནམ་ཁ་རྒྱབ་ནི་དེ་རང་དབང་དང་གོ་སྐབས་
ཡོད་པ་ཨིན།

ཚུ་འཛིན་སྐྱོང་དང་འབྲེལ་བའི་ལམ་ལུགས་སྲོལ་གྱིས་ གཙོ་བོ་རང་
འབྲུང་རྒྱུ་དང་གཞན་ཡང་མི་ཚེ་འཚོ་སྐྱོང་ལུ་མཁོ་བའི་ ཚུ་ཚུ་ཡང་ཡུན་
བརྟན་སྤྱོད་ལག་ལེན་འབབ་ནི་དང་འབྲེལ་བའི་ གཙོ་བོ་སྤྱན་དང་ཕྱན་པའི་སྤྱོད་ལས་
ཐོབ་ཚུགས་པ་བཟོ་ནི་ལུ་རྒྱབ་སྐྱོར་འབད་མ་ཨིན།

མི་སྡེ་འབྲུང་རབས་ཚུ་གི་ནང་ལུ་ ས་གནས་ཀྱི་མི་སྡེ་ཚུ་གིས་ གཙོ་བོ་སྤྱན་
དང་ཕྱན་པའི་འབྲུང་རྒྱུ་ གཞུམ་མི་ཆ་མཉམ་ལུ་ཐོབ་ཚུགས་པ་བཟོ་
ཐབས་ལུ་ ཁོང་རྒྱུ་ལམ་སྲོལ་དང་ ཡིད་ཆེས་རྣམ་རྟག་ཚུ་གིས་ལམ་སྤྱོད་
འབད་དེ་ ཚུ་འཛིན་སྐྱོང་འབབ་ནི་གི་ལམ་ལུགས་ ཡུན་བརྟན་གྱི་སྤྱོད་ལས་
གནས་ཐབས་བཟོ་ནི་ལུ་ རྟོགས་གྲུབ་ཡོད་པའི་གསལ་སྤྱོད་འབད་མ་ཨིན།
དེ་བཞག་པ་ཅིན་ མེག་མི་གོ། ཆལ་ལུ་སྤྱན་ ལྷན་ གི་རིས་ཀྱི་ལུ་ རྩི་
ལུས་ ག་སྤྱན་ ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་གི་ ཚུ་འཛིན་སྐྱོང་གི་ལམ་ལུགས་ཚུ་ མ་
ཡུན་ཕྱིན་ཚོགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་སྲོལ་དང་ ཡིད་ཆེས་རྣམ་རྟག་ཚུ་ལུ་གཞི་
བཞག་སྤྱོད་ཡོད་པ་ཨིན། མ་ཡུ་གི་ཡིད་ཆེས་རྣམ་རྟག་ཏེ་འདྲི་ཡང་ མི་གི་
གཞུགས་འདི་རྒྱུ་འཁོར་རིམ་གྱི་ ཡན་ལག་རྩ་ཅན་ཅིག་ཨིན་པ་ད་ རང་
བཞིན་གྱི་གཞུགས་ཀྱི་ཚུ་རྒྱུ་ཚུ་ལས་ རྒྱ་ཁྱུངས་ཚུ་བསྐྱར་གསོ་དང་རྒྱུ་
མཐུང་འབད་མ་ཨིན་པའི་ རྒྱ་ག་ར་སྤྱི་བསྐྱོར་གྱི་འཐོན་བསྐྱོང་སྤྱོད་ཐོབ་ཅི་
མ་གཏོགས་ ཚོང་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་དོན་ལུ་མེན་མ་མཚན་ ཚུ་འཛིན་སྐྱོང་
འབབ་ནི་དང་བཀའ་སྤྱོད་འབད་ནི་ཚུ་ གཞུམ་སྤྱི་བསྐྱོར་གྱི་འགན་ཁུངས་སྤྱོད་
ཆ་བཞག་བསྐྱོང་པ་ཨིན་པའི་ དེ་བཟུམ་མའི་ལུགས་སྲོལ་བཟང་པོ་འདི་
སྤྱི་ཚོགས་མང་ཤོས་ཀྱི་ནང་ལུ་ཡང་ ཡོད་པ་ཨིན་པའི་ གཙོ་བོ་འབྲུང་རྒྱུ་
རྒྱུ་ཅིག་ལུ་བཞག་རུང་བརྟུབ་ལས་ མ་འོངས་པའི་མི་སྡེ་ཚུ་ལུ་ལམ་
ལུགས་ཀྱི་ སྲོལ་རྒྱུ་བཞག་ནི་འདི་ ལག་ཆེ་རྟག་ཏེ་ཨིན། ཨིན་པའི་ ས་

འཇམ་རྟག་ཏེ་ར་ཨིན་པའི་ གཞུགས་ཁམས་
འཕྲོད་བསྟེན་ལེགས་ཤོམ་གནས་ཐབས་ལུ་
ཟས་བཟུང་དང་ཕྱན་སྤྱོད་ནི། བཞེས་སྤྱོད་
སྤྱོད་ཁམས་བཟུང་སྤྱོད་འབད་ནི། ས་གཞི་
བཟུང་ཡར་འགྲུལ་གཏང་ནི་དོན་ལུ་ སོ་ནམ་
ཞིང་ལུ་གི་ལམ་ལུགས་ལུ་ བརྟན་ཏེ་སྤྱོད་དོ་
ཡོད་པ་ཨིན།

གནས་ལུ་ཅིག་གི་ མི་སྡེ་འཛིན་སྐྱོང་གིས་ ཕྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འབྲུང་རྒྱུ་
བཟུམ་སྤྱོད་པ་ཚུ་ལུ་ བརྟན་ཏེ་སྤྱོད་ནི་འདི་མར་ཕབས་བཏང་སྤྱོད་ རང་
ལུགས་ཀྱི་འབྲུང་རྒྱུ་འཛིན་སྐྱོང་གི་ལམ་ལུགས་འདི་ ལག་ཆེ་རྟག་ཏེ་ཅིག་
སྤྱོད་བཙུམ་ཨིན། ཚུ་འཐོན་བསྐྱོང་འཛིན་སྐྱོང་ལམ་ལུགས་མ་འདམ་ཚུ་
ལུ་ ཆ་བཞག་དང་ངོས་ལེན་འབད་ནི། དེ་གི་བཙུམ་མཐོང་དང་གོང་འཕེལ་
གཏང་ཐབས། དེ་ལས་ སྲོལ་རྒྱུ་སྤྱོད་ནི་ཚུ་ རྒྱུང་འབྲེལ་བའི་མཐུའ་
འཁོར་གནས་སྤངས་དང་ གོང་འཕེལ་གྱི་དཀའ་ངལ་ཚུ་སེལ་ཐབས་ཀྱི་
དོན་ལུ་ གོང་འཕེལ་ཡུན་བརྟན་གྱི་ཐབས་ལམ་ཅིག་ཨིན།

**དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་གྱིས་ ཤེས་ཡོན་དང་ཐབས་རིག་དང་ཕྱན་པའི་
མི་ཚེ་འགན་སྤངས་དཔེ་སྤྱོད་འབད་ཚུགས་པ་ཨིན།**

སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་མི་སྡེ་ཚུ་གིས་ ཁོང་རྒྱུ་གཞི་ཚུ་གི་རྒྱུ་ལུ་ སྤར་རྒྱུ་
དང་འབྲེལ་བའི་ མི་ཚེ་འཚོ་སྐྱོང་གི་ཤེས་བྱའི་རིག་པ་དང་ རྒྱག་པར་དུ་
ཡང་ མི་སྡེ་འགན་སྤངས་ཚུ་གི་སྤྱོད་ལས་ ལུགས་དང་མཐུན་པའི་སྤྱོད་
ལས་ སྤྱོད་ཕྱིན་ནི་འདི་ལམ་ལུགས་ གསར་བཏོང་འབད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན།
གཞུམ་སྤྱོད་དེ་ཚུ་གི་ནང་ལམ་མར་ ད་རེས་ནངས་པའི་ ཤེས་ཡོན་སྤྱོད་
སྐྱོང་འབད་སའི་ སྤྱོད་ལུ་གཞི་བཙུགས་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ སྤར་སྲོལ་དང་
འབྲེལ་བའི་ཡོན་ཏན་དང་ བསྐྱབ་བྱ་ཚུ་སྤྱོད་ཏེ་ཡོད་མི་ཚུ་ཡང་ ལག་ལེན་
འབབ་བཞིན་དུ་ཡོད། སྤར་སྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་བྱ་ཡོན་ཏན་ཚུ་ཡང་
སྤྱི་བསྐྱོར་སྤྱོད་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱོད་ལས་ སྤྱོད་ཕྱིན་དོ་ཡོད་མི་ཚུ་ཡང་ འཛིན་སྐྱོང་
པའི་ཤེས་བྱ་ལས་སྤྱོད་བཙུགས་ཏེ་ འཕྲོད་བསྟེན་དང་མེས་ཁམས་ལམས་རིག་
པ་དང་ ཡུན་བརྟན་གྱི་སྤྱོད་ལས་རང་བཞིན་གནས་སྤངས་ཀྱི་འཐོན་བསྐྱོང་
ཚུ་སྤྱོད་ནི། མི་ལུས་ཀྱི་འཁོར་རིམ་ལས་ ཆ་གྲུང་དང་སྤྱུག་བསྐྱེལ་སེལ་ནི།
རང་གིས་རང་ཉ་གོ་ནི་ལས་ རང་གི་མི་སྡེ་འཛིན་སྐྱོང་གིས་འདི་ཚོར་སྤངས་ཚུ་
བསྐྱོང་ནི། འཛིན་སྐྱོང་སོ་ནམ་གྱི་བྱ་བ་ལས་ ཆཅ་རིག་གི་བྱ་སྤྱོད་ཨིན།
ན་གཞིན་ཚུ་གི་རྒྱུ་ལུ་ ལམ་ལུགས་སྲོལ་གྱི་དོན་ལུ་དང་འབྲེལ་བའི་
ཤེས་བྱའི་རིག་པ་ལེགས་ཤོམ་ཚུ་ སྤྱོད་ཚུ་དང་ཕྱན་པའི་ཐོབ་ཐེན་ལས་
འཛིན་སྐྱོང་བཙུག་ནི་མི་འོང། སྤྱོད་ཚུ་དང་ཕྱན་པའི་ཤེས་ཡོན་དེ་གིས་
དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་ལས་བྱུང་པའི་ རྒྱུ་དངོས་ཚུ་ངོས་འཛིན་འབད་
དགོས་མཚན་ ཤེས་རིག་གི་རྩ་གཞུང་དང་འབྲེལ་བའི་ གནད་དོན་ཚུ་
འོས་འབབ་དང་ཕྱན་ཏེ་གཏོ་སྤྱོད་ གཅིག་སྤྱོད་བཟོ་དགོས་དང་ གཞན་
ཡང་ཤེས་རིག་གི་ནང་ལུ་དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་གྱི་རྒྱུ་སྤྱོད་ནི་དེ་ སྤར་
སྲོལ་གྱི་ཐབས་ལམ་དང་གནས་སྤངས་ཀྱི་འོས་འབབ་བཟུ་སྤྱོད་ བཙུགས་
དགོས་ལག་ཆེ།

**དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་གྱིས་ མི་སྡེ་གཅིག་སྤྱོད་དང་ མཐུན་བསྐྱེལ་
ལེགས་ཤོམ་བཟོ་ནི་ལུ་ཕན་ཐོགས་ཚུགས་པ་ཨིན།**

མི་སྡེ་དུས་རྒྱུ་ཀྱི་སྲོལ་དང་ སྤྱན་བཅོས་རིམ་གྱོ་དང་ཚོས་ཕྱོགས་ལས་
རིམ་ དེ་ལས་ དུས་སྤྱོད་ཚུ་གིས་ སྤྱི་ཚོགས་དང་མི་སྡེ་འཚོ་རྟེན་ ཚུ་ལ་

དང་ཡུན་རྟག་རྟོག་དང་ཆར་སྒྲིག་ཐོག་ གཅིག་མཐུན་བཟོ་ནིའི་དོན་ལུ་ ཐབས་ལམ་གྱི་སྒྲིམ་གཤམ་ཅན་ཅིག་ཡིན། དཔྱེ་འབད་བ་ཅིན་ ཡེ་ཤུའི་སྤྱི་ལོ་མ་ ཐོན་པའི་སྤྱི་གོང་ལས་ རྩོམ་གསལ་ ཨ་མི་རི་ཀ་ བརྒྱུ་ལུ་ གྱི་མེ་ལོ་མོ་འི་ རྩོམ་ལུ་རྩོན་འབད་མི་ བཟོ་རིག་དང་ཞབས་བྲོ། དེ་ལས་ རྩོན་ཆུ་གི་ རྩོམ་ལུ་ཁྱེ་ལས་འཛུགས་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ མི་སྡེའི་སྤྱི་ཚོགས་འདྲ་མིན་ རྩོམ་ལུ་ཚུ་ སྤངས་འཛུགས་འབད་དེ་ དགའ་སྟོན་བཟུང་འབད་དོ་ ཡོད་པ་ཡིན། མེ་ལོ་མོ་མི་ལུགས་སྲོལ་འདི་ དེ་སྤེལ། གི་མི་སྡེ་ཚུ་དང་ རྩོམ་ལུ་ཁྱེ་ལས་སྲོལ་ཅིག་ཡིན་མ་ཆར་ སྤངས་ལུ་རྩོན་འབད་ནི། ས་གནས་ཀྱི་གནས་འཛུགས་དང་གཞི་གཞི་གཞི་ སྤོ་མོ་མི་སྡེ་སོ་སོའི་བཟུང་ རྩོམ་ལུ་ཚུ་བཟོ་ནིའི་ཆར་སྤངས་དང་ རང་དབང་གི་རྩོམ་ལུ་ཁྱེ་ ཡིན། མེ་ལོ་མོ་འི་དུས་སྟོན་གྱི་སྤྱི་གསལ་ལུ་ ཞབས་བྲོ་དེ་གི་སྟོན་ཆ་དང་ འབྲེལ་ཏེ་ རྩོམ་ལུ་ཁྱེ་ལས་སྤྱི་ཚོགས་ཆ་མཉམ་གཤམ་ ཞབས་བྲོ་རྒྱུ་ ཡིན། དེ་བཟུང་སྤྱི་ མི་སྡེའི་ལམ་སྲོལ་གྲངས་ཁ་མ་ཆར་ མི་སྤངས་ འཛུགས་ཆར་སྤངས་འབད་མི་དང་ དུས་སྟོན་དང་དགའ་སྟོན་སྤྱི་ཚོགས་ འབད་མི་ཚུ་གིས་ མི་སྡེ་ཡན་ཚུ་གཅིག་སྤྱི་ལུ་བཟོ་མ་ཆར་ མི་སྡེའི་ནང་ འཁོད་ལུ་ཡང་ འབྲེལ་བ་ལེགས་ཤོམ་བཟོ་མ་ཡིན།

དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་འདི་གིས་ སྤོ་མོ་འི་འགན་ཁུར་དང་ རྩོམ་ལུ་ཁྱེ་ གི་སྤྱི་ཚུ་སྤྱི་ལུ་ཡིན་མ་ཆར་སྤངས་ལུ་ཁྱེ་ སྤོ་མོ་འི་འགན་ཁུར་དང་ རྩོམ་ལུ་ཁྱེ་ ཆེད་གཅིག་ཡིན།

མི་སྡེ་སྤོ་མོ་འི་རྩོམ་ལུ་ཁྱེ་དང་ སྤོ་མོ་འི་རྩོམ་ལུ་ཁྱེ་དང་འབྲེལ་བའི་ ལམ་ལུགས་དང་ བཟུང་མཐོང་ཆ་མཉམ་ དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་ལས་བྱུངས་ ཡིན། དེ་མ་ཆར་ དམིགས་བསལ་གྱི་ལམ་སྲོལ་གྱི་ལུ་ཚུ་ཡང་ སྤོ་མོ་འི་ ལམ་ལུགས་ཚུ་ལུ་རགས་ལས་དོ་ཡོད་པ་ལས་ སྤངས་ལུ་ཁྱེ་བཟོ་རིག་ལག་ ཤེས་བཟུང་ལུ་དཔྱེ་བཞག་པ་ཅིན་ དུས་རྟག་པར་རྩོན་ལུ་སྤོ་མོ་འི་དང་འབྲེལ་ བའི་ སྤོ་མོ་འི་སྤྱི་གསལ་ལས་བཟུང་ཏེ་བྱུང་དོ་བཟུང་སྤྱི་ འཆམ་དང་ཞབས་ བྲོ། དེ་ལས་སྤྱི་གསལ་གྱི་རིགས་ཚུ་ཡིན་པ་ཅིན་ སྤོ་མོ་འི་ཆ་མཉམ་གྱི་ལུ་འདོད་ དང་ རང་སྤོ་མོ་འི་ལུ་འགན་ཁུར་ལུ་སྤོ་མོ་འི་ ས་ཁོངས་དང་དུས་ཚོད་ ཅིག་ཡིན། ཡིན་ཅུང་ དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་ཚུ་ དུས་རྟག་དུ་ གནས་ སྤངས་ཀྱི་སྤྱི་ཚུ་འགྲེལ་དང་ མི་སྡེའི་གོམས་གཤེས་དང་མཐུན་ཏེ་འགྲེལ་ད་ སྤོ་མོ་འི་འགན་ཁུར་ཚུ་ཡང་ ངམ་ངམ་ལུགས་ཀྱིས་འགྲེལ་ཡིན། མི་སྡེའི་ སྤོ་མོ་འི་དང་འབྲེལ་བའི་གནས་སྤངས་ཚུ་ལུ་ དུས་ཡུག་ར་ར་བཞིན་གྱིས་ བདེ་སྤྱི་གསལ་བཟོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མ་ཆར་ དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་ལུ་བཟུང་ཏེ་ སྤོ་མོ་འི་འདྲ་མཉམ་གྱི་གནས་སྤངས་ལེགས་ཤོམ་བཟོ་ནི་དང་ སྤོ་མོ་འི་དབྱེ་ བསོ་མེ་ལུ་ཚུ་ཡང་ གཞི་གཞི་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ གོ་སྤྱི་གསལ་བཟོ་དོ་ ཡོད་པ་ཡིན།

དངོས་མེད་སྤོ་མོ་འི་སྤྱི་ཚུ་འདི་ མི་སྡེའི་འབྲེལ་བའི་ལུ་ཅིག་གིས་ སྤོ་མོ་འདྲ་ མཉམ་གྱི་རྩོམ་ལུ་ཁྱེ་གིས་ཁར་ཚུད་མ་ཚུ་གསལ་མི་དང་ དམིགས་དོན་ལུ་ འདོད་ལྟར་འབྲེལ་བ་ཚུ་གསལ་ནིའི་དོན་ལུ་ སྤོ་མོ་འི་སྤྱི་གསལ་



© Vice Ministerio de Cultura

མི་སྡེ་ཚུ་གིས་ ཁོང་རའི་ལུ་ གཞི་ཚུ་གི་རྩོད་ལུ་ སྤངས་ སྤོ་མོ་འི་དང་འབྲེལ་བའི་ ཤེས་ བྲའི་རིག་པ་དང་མི་ཆེ་འཆོ་ རྩོད་གི་རིག་ཅུ་ལ་དང་ རྩོམ་ལུ་ཁྱེ་གྲུབ་སྟེན་པར་དུ་ ཡང་ མི་སྡེའི་གནས་སྤངས་ ཚུ་གི་སྤོ་མོ་ལས་ རྩོན་འབད་ བཟོ་ནིའི་ ལམ་ལུགས་ གསལ་ བཟོ་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

ཕྱིན་མ་ཡིན་མ་ཆད་ ཁོང་ཚོ་གི་རྒྱུད་ལུ་སློ་གཏད་དང་ཡིད་ཆེས་ བསྐྱེད་
བརྒྱུག་ནི་དོན་ལུ་མེད་ཐབས་མེད་པའི་ ཐབས་རིག་ཅིག་ཡིན།

ཡུན་བརྟན་གྱི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས།

ཡུན་བརྟན་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཀྱི་དོན་ལུ་ སྐྱེ་ལྗན་རིགས་སྣ་ཚུ་
སྤང་སྤྱོད་འབད་ནི་དང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཡུན་བརྟན་གྱི་སློ་ལས་
འཛིན་སྦྱོང་འབབ་ནི། དེ་ལས་ གནས་གཤེས་འགྱུར་བ་མེད་པ་སྤེ་བཟོ་
དགོ་པ་ཡིན། གནས་སྤངས་དེ་སྤེ་གནས་དགོ་པ་ཅིན་ རང་བཞིན་གནས་
སྤངས་ཀྱི་འཐོན་བསྐྱེད་ཚུ་ཆད་ལྷན་བཟོ་ནི། མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་
བཟོ་སྐྱུན་འབད་ནི། རང་བཞིན་གྱི་རྒྱུན་ལྷན་ཆབས་ཚན་བཀག་ནི། གནས་
གཤེས་འགྱུར་འགྲོས་ཚུ་གི་སློར་ལས་ ཡོན་ཏན་དང་གནས་ཚུ་ལུ་ཆུ་བཤད་
དེ་བྱིན་ནི་དང་ མཚན་རིག་ཐོག་ལས་ གོ་བ་ལེན་ཤེས་དགོ་པ་འདི་ལུ་
རགས་ལས་པ་ཡིན། གནས་གཤེས་འགྱུར་བ་དང་ རང་བཞིན་གྱི་རྒྱུན་ལྷན་
ཆབས་ཚན་དང་གཤོང་ལེན་འབད་ནི་ ཉེ་ཁ་ཅན་གྱི་མི་སྲོབས་ཚུ་ལུ་
གཤོང་ལེན་ཚུ་ལུ་དང་ལྷན་སྤེ་ལེན་ཐབས་ལུ་ དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཁྱེད་རྒྱུད་
དང་མི་སྤྱོད་ཀྱི་ཁྱེད་ཁ་ཆད་འཛིན་འབད་ནི་འདི་ གལ་གནད་
ཅན་ཅིག་ཡིན།

སྤང་སྤྱོད་ཀྱི་ཤེས་བྱའི་རིག་པ་དང་བརྩི་མཐོང་། དེ་ལས་ ལམ་སྲོལ་ཚུ་
གིས་ མི་སྤྱེ་ལུ་མི་ཆོ་བསྐྱར་གསོ་འབད་དེ་ མི་ལོ་བརྒྱུ་ཕྱག་གི་རིང་ལུ་
རང་བཞིན་གནས་སྤངས་དང་མཉམ་ཅིག་ འབྲེལ་བ་འབབ་ནི་ལུ་ལམ་
སྤྱོད་འབད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན། ཡིན་རུང་ དངོས་ནངས་པའི་གནས་སྤངས་
ནང་ལུ་ དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་དེ་གིས་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ཡུན་
བརྟན་བཞག་ཐབས་ལུ་ ལཱ་གི་གཞི་སྤྱོད་ཆོག་གིས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ དཔེར་ན་
སྐྱེ་ལྗན་རིགས་སྣ་ཉམས་སྤང་འབད་ནི། རང་བཞིན་གནས་སྤངས་ཀྱི་
འཐོན་བསྐྱེད་ཚུ་ ཡུན་བརྟན་གྱི་སློ་ལས་འཛིན་སྦྱོང་འབབ་ནི། དེ་ལས་
རང་བཞིན་གྱི་རྒྱུན་ལྷན་ཆབས་ཚན་འབྱུང་ནི་ལུ་ སྤྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ཁྱེད་
ངོས་ལེན་འབད་ནི་ཚུ་ཡིན།

ད་ལྟོ་ཡོད་པའི་སྤང་སྤྱོད་ཀྱི་ཡན་ལག་བརྩམ་ཅིག་ དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་
དང་འབྲེལ་བའི་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ལུ་བརྩི་མཐོང་དང་དེ་གི་ཤེས་
བྱ་རིག་པའི་ཡོན་ཏན་གྱིས་ མི་སྤྱེ་ཚུ་ལུ་ གནས་གཤེས་འགྱུར་བའི་དཀའ་
ངལ་དང་ རང་བཞིན་གྱི་རྒྱུན་ལྷན་ཆུ་ལུ་ལྷན་སྤེ་གཤོང་ལེན་འབད་
ཐབས་ལུ་དང་ དེ་ལས་ རང་བཞིན་གྱི་འཐོན་བསྐྱེད་ཚུ་ ཡུན་བརྟན་གྱི་སློ་
ལས་སྦྱོང་ནི་ལུ་གོམས་འདིས་དང་ལྷོག་གྲུབ་རིམ་གྱིས་ འཕེལ་ཏེ་ཡོད་པ་
ཡིན།



© 2010 by Acervo PCR



© 2010 by Acervo PCR



© 2006 by Acervo PCR

མི་སྤྱེ་དུས་རྒྱུན་གྱི་སྲོལ་
དང་ ལྷ་གསལ་རིམ་གྱོ་
དང་ཆོས་ཕྱོགས་ལས་རིམ།
དེ་ལས་ དུས་སྤྱོད་ཚུ་གིས་
སྤྱོད་ཆོག་དང་མི་སྤྱེ་འཛོ་
རྟོན་ ཚུ་ལུ་དང་ལྷན་ཏོག་ཏོ་
དང་ཆང་སྤྱི་གཞི་ག་ གཞི་ག་
མཐུན་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་
ཐབས་ལམ་གལ་ཅན་ཅིག་
ཡིན།

© Steven Percival



© Steven Percival



ས་གནས་ཀྱི་མི་སྡེ་མང་ཤོས་ཅིག་གིས་ རང་བཞིན་གནས་སྤངས་དང་འབྲེལ་བའི་ དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་ལྟ་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་མི་ཆོས་རྒྱུ་ནི་དང་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ལུ་གཅེས་འཛིན་དང་ གྲུས་བཀྱར་འབད་ནི་ཡོད།

དང་ མ་དགོ་པ་ཅིན་རང་བཞིན་གྱིས་རུལ་ནི་ཡིན་རུང་ རྒྱལ་སྤྱིའི་མི་མང་ཤོས་ཀྱིས་ གྱིབ་གྱི་རིགས་དང་ གཞན་ཡང་ མཐའ་འཁོར་ལུ་གཞོན་ཉེན་ཡོད་པའི་རིགས་ལུ་ མང་སུ་སྤྱོད་དོ་བཟུམ་སྟེ་མེན།

རང་བཞིན་གནས་སྤངས་དང་འབྲེལ་བའི་ གཡུས་སྤྱིའི་ཤེས་བྱ་དང་སྤྱོད་བཤུགས་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ལུན་བརྟན་སྟེ་བཞག་ནིའི་ ཞིབ་འཛོལ་གྱི་ལཱ་ལུ་ཕན་ཐོགས་འབད་མ་ཡིན། གཡུས་ཁའི་ཉལ་གསལ་ལུ་ རྒྱ་གར་ལུ་ རྒྱ་ནང་གི་སྤྱོད་ཐུན་རིགས་སྤྱོད་ཀྱི་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་ལུ་ ཐབས་བྱས་དང་ལཱ་ལེ་རིག་པ་དང་ཡོན་ཏན་ཡོད། དཔྱེ་བཞག་པ་ཅིན་ གནས་གཤམ་དང་བསྟན་པའི་ ཉལ་རིགས་འཛོ་སྤྱོད་འཐབ་ནིའི་ལཱ་གསལ་སྟེ་ དང་ ཉལ་རིགས་ ཉལ་སྤྱོད་གནས་དང་ཁོང་ལུ་གཞི་སྟེ་སྟེ་འབྱོ་ཐངས། ཉལ་སྤྱོད་ལམ་དང་སྤྱོད་ཐུན་རིགས་སྤྱོད་ཀྱི་སྟོར་ལས་ ཉལ་རིགས་ལུ་གསལ་ ལཱ་གསལ་ཤོམ་སྟེ་སྟེ་ལུ་བཏོད་དེ་ཡོད། དེ་བཟུམ་གྱི་ཤེས་བྱའི་རིག་པ་གསལ་ ཏོག་ཏོ་དང་མ་འདྲུ། དེ་ལས་ རྒྱ་དེ་གི་ལཱ་ཏེ་ཡོད་མི་ལུ་གསལ་ རྒྱ་དེ་གི་ རྒྱ་ལཱ་རིགས་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བའི་ ཆོན་རིག་གི་ཞིབ་འཛོལ་ལས་འགལ་ལུ་ ལུ་ རྒྱ་འཐབ་འབད་འོང། ས་གནས་ཀྱི་མི་སྡེ་དང་ཞིབ་འཛོལ་པ་ལུ་དང་ མཉམ་ཅིག་ རྒྱལ་སྤྱི་དང་མཐུན་ལམ་བཟོ་ཞེན་ལས་ ལམ་ལུགས་སྟེ་ བཟང་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་ཤེས་བྱའི་རིག་པ་ལུ་ གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་ བཏམ་ནིའི་གོ་སྐབས་བྱིན་པ་ཅིན་ མཐུན་ལམ་དེ་གིས་ རང་བཞིན་གནས་ སྤངས་ཀྱི་འཐོན་བསྐྱེད་ལུ་འཛིན་སྤྱོད་འཐབ་ནི་དང་ སོ་ནམ་དང་འབྲེལ་བའི་ རྒྱ་ལཱ་རིགས་སྤྱོད་ལུ་ཉལ་སྤྱོད་ལས་སྤྱོད་ཀྱི་ རིགས་ རྒྱ་ལཱ་ཆོལ་སྤྱོད་ལུ་ འབད་ནིའི་སོགས་པ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་ལུན་བརྟན་བཞག་ནིའི་ ལས་སྤྱོད་ལུ་ ཐོགས་རམ་འབད་ནིའི་རྒྱ་རྒྱ་ལཱ་གསལ་ཤོམ་ཅིག་འོང་ནི་ཡིན།

སྤྱོད་ལུ་གྱི་ཤེས་བྱ་དང་ཆོན་རིག་གི་ཐབས་ལམ་ མཉམ་འབྲེལ་འབད་ མི་དེ་གིས་ གནས་གཤམ་སྤྱོད་འཐོན་དང་ རང་བཞིན་གྱི་ཉེན་ཆབས་ ཅན་གྱི་གནས་སྤངས་ལུ་ གཞོན་ལེན་འབད་ཚུགས་ནིའི་གཞི་རྒྱ་འབད་ནི་ ཡང་ཡོད། མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་བྱ་སྤྱོད་པ་བཏོག་ཏོ་མེད་པའི་ ས་ ཆའི་ནང་ལུ་གཞི་བཅགས་ཏེ་ཡོད་མི་ ས་གནས་ཀྱི་མི་སྡེ་མང་ཤོས་ལུ་ གནས་གཤམ་སྤྱོད་པའི་གཞོན་པ་ རང་བཞིན་གནས་སྤངས་ཀྱི་ཉེན་ཆབས་ ཉེན་བྱུང་མ་ཡིན། ཁོང་ལུ་གྱི་རྒྱུད་ལུ་ མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་ གནས་གཤམ་དང་འབྲེལ་བའི་ གཡུས་སྤྱིའི་ཤེས་བྱ་དང་ལམ་ལུགས་སྟེ་ དེ་ལས་ རྒྱ་ལཱ་རིགས་སྤྱོད་སྟོར་ལས་ཉལ་ཏོ་ནི་དང་ དེ་ལུ་ ཉལ་སྤྱོད་ འབད་ནིའི་ཐབས་རིག་དང་ལམ་ལུགས་ འཛིན་སྤྱོད་འཐབ་ནིའི་སྤྱོད་བྱས་ དང་ རྒྱ་ལཱ་ཉེན་ཆབས་ གནས་གཤམ་སྤྱོད་ལུ་ཉེན་ཆབས་ལུ་ རང་ རང་བཞིན་གནས་སྤངས་ཀྱི་ཉེན་ཆབས་ ལུ་མཐུན་བཀག་ཐབས་ཀྱི་ ཐབས་ཤེས་ མང་རབས་ཅིག་ལུ་ཡོད་པ་ཡིན། གནས་གཤམ་གནས་ སྤངས་ཀྱི་སྤྱོད་འཐོན་དང་བསྟན་ ལུ་མཐུན་ཏོག་ཏོ་སྟེ་མི་ཆོ་མཐའ་སྤྱོད་ འབད་དོ་ཡོད་པ་ལས་ ཐབས་རིག་དེ་ལུ་ སྤྱོད་ཆོད་དང་འབྲེལ་ཏེ་ལག་ལེན་ འཐབ་སྟེ་ རང་བཞིན་གྱི་ཉེན་ཆབས་དང་འབྲེལ་བའི་ ལས་སྤྱོད་ལུ་ཐོགས་ རམ་འབད་ནི་དང་ གནས་གཤམ་ཀྱི་འཐོ་འགྱུར་དང་འབྲེལ་ ཐབས་རིག་ ལུ་ཡང་ལུ་མཐུན་སྟེ་ གསར་གཏོད་འབད་མ་ཡིན།

© Dirk Van Hove, Gemeente Koksijde Paardenvisser's_02_2007



ཆང་སྒྲིག་གི་དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ།

ཡུན་བརྟན་དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་འདི་ཡང་ ཉན་འཁོད་ཀྱི་ཅན་མ་འཛོན་བསྐྱེད་ཀྱི་འཁོར་ཆད་དང་ བཟའ་སྦྱོང་འབད་ཐངས་ཀྱི་གནས་སྤངས་དང་འབྲེལ་ དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་ཆུང་བ་དང་ འཛོན་བསྐྱེད་དང་བཟའ་སྦྱོང་སྒྲིམ་རྟག་རྟེན་ཡོད་པ། ཡང་ཅིན་ དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་རྒྱ་ཆེན་སྤྱོད་མེད་ལུ་རགས་ལས་པ་ཡིན། དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་ཆུང་བའི་སྐབས་སུ་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ཡོད་པའི་ དབུལ་ཕོངས་ཀྱི་གནས་སྤངས་རྒྱུ་ཅིག་མེན་པར་ དཔལ་འབྱོར་གྱི་ལས་སྤྱོད་ནང་ལུ་ བཅའ་མར་གཏོགས་མ་ཚུགས་པར་ལུས་ཏེ་ཡོད་མི་ ཉེན་ཁ་ཡོད་པའི་མི་སྤྱི་མི་ཚེ་མཐའ་སྐྱོང་འབད་མི། དེ་མ་ཆད་ སྤྱང་སྦྱོབ་ཀྱི་ཞབས་རྟག་ འཛོན་ཐངས་ཅན་གྱི་དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་གྱི་འཛོན་བསྐྱེད། བཅོམ་རྒྱུ་མང་ཉུང་དབུལ་ཕོངས་མར་ཕབས་དང་ མི་སྤྱི་མི་ཚེ་འདུ་མཉམ། དེ་ལས་ ཚུལ་དང་ལཱ་པའི་ལཱ་གཡོག་གི་གོ་སྐབས་ཡོད་མེད་ཚུ་ལུ་བཟླ་སྟེ་ སྤྲོ་ལྷ་གསལ་སྟོན་འབད་མ་ཡིན། གོང་འཕེལ་གྱི་གྲུ་བ་བྱུང་པའི་སྐབས་ལུ་ དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་གྱི་ནང་ལུ་ མེད་ཐབས་མེད་པའི་ བཅོམ་གཏང་གལ་ཅན་ཚུ་ཡོད་མི་དེ་གིས་ དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ བཅོམ་ལུགས་སྦྱོང་བཟུག་མི་དང་ འཛོན་ཁུངས་ཅན་གྱི་ལས་སྤྱོད་མ་འདུམ་དཔེར་ན་ མ་དབུལ་བཟོ་ནི་དང་ དབུལ་གྱིས་བྱིས་མ་ཚུགས་པའི་ བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་དགའ་བ་ཚུ་བྱིན་ཚུགས་མ་ཆད་ ལྷག་པར་དུ་ཡང་ ས་གནས་ཀྱི་མི་སྤྱི་དཔལ་འབྱོར་ལེགས་ཤོམ་སྤྱོད་སྤྱོད་བཟོ་ནི་ཚུ་ སན་གྲོགས་འབད་མ་ཡིན། སྤྱང་གྱི་ལས་ལུགས་སྲོལ་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་རང་ཡོད་པ་ལས་ དེ་ཚུ་གི་ནང་ལུ་ཡང་ དེ་མེས་ནངས་པའི་ འཛམ་གླིང་ག་ཅིག་སྤྱོད་ཀྱི་དུས་ཚོད་ཁར་ རྒྱལ་སྤྱི་དང་གོང་གསལ་གྱི་གནས་ཆད་དང་འབྲེལ་བའི་ དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་ཆུང་བ་འབྱུབ་ནི་ལུ་ དེག་གསར་གྱི་ཐབས་ལུ་འབྱུང་སའི་གཞི་ ལག་ཆེད་གཏོག་ཏེ་ཅིག་ཡིན།

དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་འདི་ མི་སྤྱི་དང་སྤྱོད་ཆ་ཚུ་གི་མི་ཚེ་འཛོ་སྐྱོང་ཡུན་བརྟན་གྱི་དོན་ལུ་ འཕམ་འཕམ་ར་དགོ་པ་ཅིག་ཡིན། མི་རབས་ལས་མི་རབས་བརྒྱུད་ གསར་བཏོད་དང་རྒྱུན་སྦྱོང་འཐབ་སྟེ་འོང་མི་ གོང་གསལ་གྱི་ཤེས་བྱ་དང་བྱུང་རིག་ དེ་ལས་ ལམ་ལུགས་སྲོལ་ཚུ་གིས་ འཕྲོ་བ་མི་མང་ཤོས་ཅིག་གི་དོན་ལུ་ མི་ཚེ་འཛོ་སྐྱོང་འབད་ཐབས་ལུ་ གོགས་རམ་འབད་མ་ཡིན། དཔེ་བཞག་པ་ཅིན་ ཨིས་ཏོ་ནི་ཡའི་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སོ་ནམ་ཞིང་པ་ཚུ་གིས་ ས་གནས་ཀྱི་ལས་ལུགས་སྲོལ་དང་ རང་བཞིན་གནས་སྤངས་དང་མཐུན་པའི་ སྤྱད་པ་བཟོ་སྦྱོང་འབད་ནི་དོན་ལུ་ ལུག་གསོ་སྦྱོང་འཐབ་ཡིན་མ་ལས་ ལུགས་སྲོལ་དེ་གིས་ འཛོ་བ་སྦྱོང་ནི་དང་མི་སྤྱི་དོ་རྟགས་སྟོན་ནི་ལུ་ གཞི་ཁུངས་གཙོ་བོ་ཅིག་སྤྱོད་པ་ཅིན་ཡིན། ཁོང་ཚུ་གིས་ ལུག་གི་བལ་ཚུ་འཁལ་ཏེ་སྤྱད་པ་བཟོ་ཞིན་མ་ལས་ དུས་རྒྱུན་མཁོ་བའི་ཁྱོན་ཆས་ཐགས་ནི་དང་ དེ་ལས་ ཆོལ་ལུ་ཚུ་གིས་ སྤྱོ་ཕྱི་པམ་སྤྱོ་ལག་ལེན་



© 2008 by Batik Museum Institute, Pekalongan / Gaura Marcaniladipura



© 2008 by Batik Museum Institute, Pekalongan / Gaura Marcaniladipura

འཐབ་ཡིན། དེ་བརྒྱུས་ཀྱི་ འཛོ་རྟེན་ལམ་ལུགས་སྲོལ་གྱིས་ ས་གནས་ཀྱི་གནས་ཆད་ནང་ལུ་ དབུལ་ཕོངས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་སེལ་ནི་དེ་ ཐབས་ལེགས་ཅིག་ཅིག་ཡིན་མ་ཆད་ མི་སྤྱི་འཛོ་བ་སྦྱོང་ཉམས་དང་ལཱ་སྤྱོད་སྤྱོད་ནི་ལུ་ སན་པ་ཡོད། རང་བཞིན་གནས་སྤངས་ཀྱི་འཛོན་བསྐྱེད་ཚུ་ འཛོན་སྦྱོང་འཐབ་ནི་དེ་ལས་ལུགས་ལུ་དང་ གོང་གསལ་གྱི་སོ་ནམ་གྱི་ལས་སྤྱོད་ ལ་ལུ་ཅིག་ལུ་ སན་གྲོགས་འབད་ཡོད་པ་དེས་བདེན་བྱུང་ཡོད་པ་ཡིན།

དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་གྱིས་ མི་སྤྱི་དང་མི་དོ་རྟགས་ དེ་ལས་དབུལ་ཕོངས་ཅན་དང་ཉམས་རྒྱུ་ཚུ་ལུ་ འོང་འབབ་དང་ཚུལ་ལཱ་གྱི་ལཱ་གཡོག་ཚུ་ བཟོ་ཚུགས། དེ་བཞག་པ་ཅིན་ རང་ལུགས་ཀྱི་བཟོ་རིག་འདི་ འོང་འབབ་ཀྱི་འཛོན་ཁུངས་འཛོ་བོ་ཅིག་ཡིན་པ་དང་ ཡང་ཅིན་ དཔལ་འབྱོར་

མི་རབས་ལམ་སྲོལ་མི་རབས་བརྒྱན་གསར་བཤེད་དང་རྒྱན་སྦྲང་འཐབ་སྡེ་འོང་མི་གྲོང་གསལ་གྱི་ཤེས་བྱ་དང་ཁྱད་རིག་དེ་ལས་ལམ་ལུགས་སྲོལ་ཚུ་གིས་འགྲོ་བ་མི་མང་ཤོས་ཅིག་གི་དོན་ལུ་མི་ཆོ་འཆོ་སྦྲང་འབད་ཐབས་ལུ་གྲོགས་རམ་འབད་ཨ་ཡིན། དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་ལས་བརྒྱན་མི་སྡེ་དང་མི་དྲུག་དེ་ལས་དབྱེ་མོངས་ཅན་དང་ཉམས་ཚུངས་ཚུ་ལུ་འོང་འབབ་དང་ཚུ་ལུ་ལྷན་གྱི་ལཱ་གཤེག་ཚུ་བཟོ་ཚུགས།



© 2008 by Bank Museum Institute, Pekalongan / Gaura Mancanladipura

ལམ་ལུགས་ས་མཆོམས་ལུ་སྦྲོང་ཚུགས་པའི་དོ་རྒྱུད་དང་སྤྱི་ཚོགས། དེ་ལས་མི་སྡེ་ཚུ་གི་དོན་ལུ་ཆོང་སྒྲར་ཡང་འབད་ཚུགས། བཟོ་རིག་གི་ཡོན་ཏན་དེ་གིས་ལག་ཤེས་པ་ཁོང་ར་དང་བཟའ་ཆང་ནང་མི་ཚུ་ལུ་རྒྱུད་ཅིག་མེན་པར་བཟོ་རིག་ལཱ་ནང་ལུ་འཕྲོན་བསྐྱེད་བསྐྱེད་འབད་ནི་དང་ཆོང་སྒྲར་འཐབ་མི། དེ་ལས་བཟོ་རིག་གི་རྒྱ་ཆ་བསྐྱེད་བསྐྱེད་འབད་མི་ལ་སོགས་པ་ཚུ་ལུ་འོང་འབབ་འབྱུངས་འཁོར་ཅིག་ཡིན། ལག་ཤེས་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ལཱ་རིགས་དེ་ཚུ་མང་ཤོས་ར་རང་གི་བཟའ་ཆང་གི་ཁྱིམ་ལུ་ཚུ་དང་མཉམ་ཅིག་འབད་དོ་ཡོད་པ་ལས་ཚུ་ལུ་དང་མཉམ་ཅིག་འབད་མི་ལཱ་གཤེག་ཅིག་ཡིན། མི་སྡེ་འོང་ལམ་སྲོལ་གྱི་དོ་རྒྱུད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ལས་བརྒྱན་ལཱ་འབད་མེད་པའི་གནས་འདི་ཉེན་སྲུང་ལྷན་སྡེ་བཞག་ནི་དང་རང་ཡང་གཞུགས་སྦྲོང་དེ་གི་མི་ཡིན་ཟེར་བའི་ཡོད་ཆེས་དང་བརྩེ་མཐོང་སྦྲེལ་ཡོད། དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་ནང་ལུ་འཆམ་དང་སྒྲོས་གར་གྱི་རིགས་དང་ཆེས་བརྒྱུས་སྒྲོན་ཚུ་གིས་མཚན་པར་དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་གྱི་ནང་ལུ་བཅའ་མར་གཏོགས་མི་མི་སྡེ་འོང་ལམ་སྲོལ་མི་ན་གཞོན་དང་ཨམ་སྤུ་ཚུ་ཡང་ཕྱི་ཕྱི་ཡིན།

དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་བཞིན་ཡོད་མི་ཚུ་གིས་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་རིག་པ་གསར་བཤེད་འབྱུངས་འཁོར་གཞི་གཤམ་གནད་ཅན་ཡིན། རྒྱུ་ཆོད་འཇུག་བའི་གནས་སྤངས་དང་འབྲེལ་ཏེ་སྤྱི་ཚོགས་དང་མི་སྡེ་འོང་ལམ་སྲོལ་ཚུ་ཡང་སྒྲར་ཏེ་འབྲེལ་ཡིན། དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་འདི་རྒྱལ་སྤྱི་དང་ས་གནས་ཀྱི་གནས་ཚད་ནང་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་གྱི་རྒྱུར་པ་འབག་འོང་ཚུགས་པའི་ཐབས་རིག་དང་ལྷན་པའི་རྒྱ་ཁྱབ་ཀྱི་གཞི་ཅིག་ཡིན། དཔེར་ན་རྒྱ་ཆ་ཉིང་མ་གི་རིགས་ཚུ་མ་འཐོབ་ནི་དང་དགོན་སྡེ་ཐབས་བའི་སྐབས་ལུ་ཐབས་ཤེས་ཉིང་མ་ལུ་རྒྱ་ཆ་གསར་པ་ལག་ལེན་འཐབ་སྲོལ་དང་དེ་བཟུམ་སྡེ་དགའ་ལོ་གསར་པ་གསར་པ་གསོལ་ལེན་འབྱུང་པའི་སྐབས་ལུ་ཐབས་ཤེས་ཉིང་མ་ཚུ་གིས་གྲོགས་རམ་

འབད་ཨ་ཡིན། དཔྱད་འབད་བ་ཅིན་བརྒྱ་དོན་འཕུལ་རིག་དང་གནས་ཚུ་ལུ་ཚུ་གིས་རྒྱུ་ཆོད་རིམ་སྒྲར་བཞིན་ཏེ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡོད་པའི་ལམ་སྲོལ་གྱི་ཐབས་རིག་ཚུ་དང་མཉམ་འབྲེལ་བ་འཐབ་དོ་བཟུམ་ཡིན།

མི་སྡེ་ཚུ་གིས་དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་བཟུ་བཤམ་གྱི་ལས་རིམ་སྒྲ་ཆོགས་ཚུ་ལུ་ཡང་ཁེ་ལན་བྱུང་ཚུགས། རྒྱལ་སྤྱི་དང་ལུང་ཕྱོགས་དེ་ལས་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་གནས་ཚད་ནང་ལུ་བཟུ་བཤམ་པ་ཚུ་ཡིད་འཕྲོག་ཚུགས་པའི་མཉམ་ཆེན་ཏེ་རྒྱུ་ཆོད་ལུགས་ཅན་ཅིག་ཡོད་ཏེ་དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་ཚུ་དཔེར་ན་རང་ལུགས་བཟོ་རིག་གི་ལག་ཤེས་དང་དོ་རྒྱུད་འབྲེལ་བའི་རིག་པ་ཚུ་འཆམ་དང་སྒྲོས་གར་གྱི་རིགས་ཚུ་བརྒྱུ་རྒྱུ་སྒྲོན་ཚུ་ལས་རིམ་ལ་སོགས་པའི་ལུགས་སྲོལ་སྒྲ་ཆོགས་ཚུ་རིམ་འཛིན་འབད་ནི་འདི་ཡིན། དེ་བཟུམ་གྱི་བཟུ་བཤམ་དང་འབྲེལ་བའི་ལཱ་རིགས་ཚུ་གིས་འོང་འབབ་བཟོ་ཚུགས་ནི་དང་ལཱ་གཤེག་གི་གོ་སྐབས་ཡང་བཟོ་ཚུགས་པ་ལས་བརྒྱན་མི་སྡེ་ལུ་རང་རང་དང་ཡོད་ཆེས་བྱུང་མ་མཚན་བཟུ་བཤམ་པ་ཚུ་གིས་ཡང་གཞུགས་སྦྲོང་ལམ་ལུགས་ལུ་གྲུས་བཀྲར་བསྐྱེད་དགོ་པའི་ཁར་མི་སྡེ་ཚུ་གིས་ཡང་ཉམས་སྲུང་གི་ལཱ་འགན་འབག་དགོས་ཡིན། རིམ་སྡེ་བ་ཅིན་བཟུ་བཤམ་པ་ཚུ་གིས་གཞུགས་སྦྲོང་ལམ་ལུགས་ལུ་གྲུས་བཀྲར་མ་འབད་བ་ཅིན་ལམ་ལུགས་སྲོལ་དེ་ཉམས་ཉེན་གྱི་གཞོད་པ་སྤུང་ཡོད། འདི་ཡང་གནད་དོན་གཅིག་དཔྱད་བཞག་པ་ཅིན་མི་སྡེ་འོང་ལམ་སྲོལ་དང་བཟུ་བཤམ་པ་གཉིས་ཆར་འཁྲུག་ལས་ལམ་ལུགས་དེ་ཆོང་སྒྲར་གྱི་དོན་ལུ་དམིགས་ཏེ་ལྷན་པ་སྒྲ་ཆོགས་འབད་བ་ཅིན་ལུགས་སྲོལ་དེ་ཁེ་ལན་དང་ཁྱེད་དང་དང་དགོས་པ་ཚུ་བརྩེ་མཐོང་མེད་པ་ལུ་འཇུག་ནི་ཡིན།

དེ་ལས་བརྒྱན་ཏེ་སྤྱི་དང་མི་དམངས་དེ་ལས་གཞུང་གི་ལས་སྡེ་ཚུ་གིས་བཟུ་བཤམ་དང་འབྲེལ་བའི་ལཱ་དང་ལས་རིམ་སྒྲ་ཆོགས་ཚུ་འགོ་འཛིན་འཐབ་པའི་སྐབས་ལུ་སྤར་རྒྱུ་གྱི་ལམ་ལུགས་སྲོལ་ཚུ་ཉམས་སྲུང་འབད་

ནི་དང་ མི་སྤེའི་ཐོབ་དབང་། དེ་ལས་ རེ་བ་དང་འདོད་པ་ཚུ་བསྐྱར་ནི་དེ་
དོན་ལུ་ ཅུམ་དགོང་ཁག་ཆེ། ཨིན་རུང་ མི་སྤེའི་ལམ་ལུགས་སྲོལ་དང་
འབྲེལ་བའི་ ལམ་རིམ་སྒྲ་ཚོགས་ལས་བྱུང་པའི་འོང་འབབ་ཀྱི་ཁེ་ལན་ཚུ་
གིས་ མཐའ་མཇུག་ལུ་ ལམ་སྲོལ་འཛིན་སྐྱོང་གི་དོན་ལུ་ ལཱ་འགན་གཙོ་
ཅན་ཅིག་ལུ་འགྲུལ་ཕྱིན། གྲུ་པ་བརྟན་དགོང་ལམ་སྲོལ་བཟང་པོ་ཚུ་
ལུ་ བཟུ་བཤམ་པ་དང་བཟུ་བཤམ་ལས་སྡེ་ཚུ་གི་བྱ་སྤྱོད་ལུ་ ལམ་སྲོན་
ལེགས་ཤོམ་ཕྱིན་ཏེ་ ལམ་ལུགས་སྲོལ་ལུ་གཞི་དུ་ཉན་མེད་པ་བཟོ་དགོ།

ཞི་བདེ་དང་སྤྱད་སྤྱོད་

ཞི་བདེ་དང་སྤྱད་སྤྱོད་ཟེར་བའི་སྐབས་ལུ་ ཉེ་དེར་བྱེ་ནི་དང་འཐབ་འཛིང་ལ་
སོགས་པའི་ རྩལ་སྤྱོད་ཀྱི་བྱ་བ་ཚུ་ལས་ བདེ་བ་འཐོབ་ནི་ཚུ་ ཡུན་བརྟན་
གོང་འཕེལ་གྱི་དོན་ལུ་ སྤྱ་གོང་ལས་ཆང་དགོ་པའི་མཐུན་ཁྱེན་ཨིན། གཤམ་
ཅན་གྱི་མཐུན་ཁྱེན་དེ་ཚུ་འགྲུབ་ནི་དོན་ལུ་ འགྲོ་བ་མི་དེ་དབང་ཆ་གི་དོན་
ལུ་གུས་ཞབས་དང་། ཡན་ཅུས་ཅན་གྱི་ཁྲིམས་ལུགས། དེ་ལས་ རྩལ་སྤྱོད་
བཀག་ཐབས་དང་ནང་འགྲིག་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་ ཆབ་སྲིད་ཀྱི་བྱ་རིམ་དང་
འོས་འབབ་དང་ལྷན་པའི་ལམ་ལུགས་བཟོ་ནི་ཚུ་ཨིན། ཞི་བདེ་དང་ཉན་
སྤྱད་འདི་ཡང་ ས་གནས་གྱི་མི་སྤེའི་ཚུ་ལུ་ རང་བཞིན་གནས་སྤངས་ཀྱི་
འཐོན་བསྐྱེད་ཚུ་ བཀག་འཛིན་འབད་ནི་དང་དོན་ལུ་གོ་སྐབས་ཕྱིན་ནི་
ས་གཞི་སྤྱོད་ནི་དུས་ཡུན་དང་ གཤམ་སྤྱོ་བྱུར་ཁར་བརྟན་ནི་ ཡང་ཅིན་
ཚུགས་རིས་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཚུ་མེད་པ་སྟེ་ བཟོ་ནི་ལུ་རང་དབང་

ཡོད་མེད་ལུ་རགས་ལས་ནི་ཨིན། དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་གྱི་ལུགས་སྲོལ་
དང་དཔེ་མཛོན། དེ་ལས་ རྒྱལ་འགྲུལ་སྒྲ་ཚོགས་ལུ་ ཞི་བདེ་བཟོ་ནི་དང་ནི་
བདེ་འབྱུང་ནི་དེ་གཞི། གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་གུས་བཀུར་དང་ བསྟོ་སྐྱོང་
བརྩིས་སྤོང་འབད་བཅུག་ནི་དེ་ རུས་པ་ཡོད་པ་ཨིན། དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་
དང་ དེ་ཚུ་ཉམས་སྤྱད་དང་འབྲེལ་བའི་ལཱ་སྒྲ་ཚོགས་ཀྱིས་ སྤྱི་ཚོགས། མི་
སྤེའི་ དེ་ལས་ གོང་འཕེལ་གྱི་ལཱ་ནང་ལུ་འབྲེལ་གཏོགས་འབད་མི་ཚུ་ལུ་ ཞི་
བདེ་བཟོ་ནི་དང་ཡུན་བརྟན་གྱི་ཉན་སྤྱད་དང་ལྷན་སྤྱོད་བཟོ་ནི་ ཚུང་ཚོགས་
བཀག་ཐབས་དང་ནང་འགྲིག་བཟོ་ནི། ཞི་བདེ་མཉམ་འབྲེལ་དང་ གོང་
འཕེལ་ཆང་སྤྱོད་དང་ལྷན་སྤྱོད་བཟོ་ནི་ལུ་ཚུ་ ལམ་ལུགས་སྲོལ་དང་འབྲེལ་
བའི་སྤྱོད་ལས་ བསྐྱེལ་མ་འབད་ཕྱིན།

དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་མང་ཤོས་ཀྱི་སྤྱི་དོན་འདི་རང་ ཞི་བདེ་གོང་འཕེལ་
གཏང་ནི་འདི་ཨིན། འདི་ཡང་ དཔེ་བཞག་པ་ཅིན་ སྤྱི་ལོ་ 1996 ལོར་
སུའོན་ཀྲེ་ཡ་ཏ་ ཀའི་ཏ་ ཟེར་ མ་ལེ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་
ཁྲིམས་ལུགས་ཡོངས་གྲགས་ལུ་ ལྷན་ཀྲེན་ཅུ་ཀར་ ཟེར་མི་འདི་ དངོས་
མེད་ལམ་སྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་ ལམ་ལུགས་སྲོལ་ཚུ་གི་གཞི་རྩ་འདི་ ཞི་
བདེ་གོང་འཕེལ་གཏང་ནི་དེ་ དམིགས་དོན་གཙོ་བོར་སྤྱོད་མི་ འཛམ་གླིང་
ནང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་ལས་ ཁྲིམས་ལུགས་སྤྱོད་ཤོས་ཅིག་ཨིན། དེ་གིས་
འགྲོ་བ་མི་ལུ་བརྩི་མཐོང་གི་ལམ་སྤྱོད་གཞི་ མི་སྤེའི་ཞི་བདེ་སྒྲ་ཚོགས།
འགྲོ་བ་མི་ལུ་རྩལ་སྤྱོད། རྒྱ་བོ་རྒྱལ་གྱི་ལུགས་སྲོལ་མེད་པ་བཟོ་ནི། ཆོང་
སྤྱད་དང་རྒྱལ་འགྲུལ་སྒྲ་ཚོགས་སྤྱོད་ནི་དཔེ་དབང་ཚུ་ལུ་ གཙོ་བོར་སྤྱོད་



པའི་ཁྱིམ་ལུགས་ཅིག་ཡིན། དེ་བཟུམ་གྱི་ ཁྱིམ་ལུགས་འདི་ གསར་
བཏོད་འབད་ཞིན་མ་ལས་ཚུ་ དེ་ལྟོ་ཚུ་ཚོང་ ས་ལས་བུ་བརྟུད་འབད་དེ་
ལ་རྒྱུ་ན་རྒྱུ་སྤོང་པའི་ ཁྱིམ་ལུགས་དང་མེ་མོ་ལྟོ་འབད་སྲོལ་གཉིས་
ཆར་ལུ་ ལྷ་ལེན་ཀྱི་ མི་མེར་ཚུ་གིས་དགའ་ཆོར་བསམ་ཏེ་ཡོད་པ་ཡིན།
དེ་ཁོ་མི་མེར་ཚུ་དང་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་གོ་གནས་འཆང་མི་ཚུ་གིས་ཡང་
རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ཁྱིམ་ལུགས་དེ་ བཟོ་བཟུང་དང་ཞི་བདེ། དེ་ལས་ དགའ་
སྤོང་གནད་དོན་ཚུ་དང་ ཁྱིམ་ལུགས་གཞན་ཚུ་གི་གཞི་རྒྱུ་ཡིན་མེ་
གྲས་བཀུར་འབད་ནི་དོན་ལུ་ ལྷ་ལེན་གྱིས་གནས་ ཀན་གྱི་བྲུ་ ཟེར་
ས་ལུ་སྤྲངས་འཛུམས་འབད་དེ་ རྒྱས་བཟུང་བཟུང་ལུ་སྤྲུག་ དེ་
བཟུམ་སྤྱི་འཛུམས་གྲིང་ནང་གི་ ཁྱུང་ཁ་མ་ཆོད་པའི་ དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་
འདྲ་མིན་སྒྲུ་ཚོགས་ཀྱིས་ ཞི་བདེ་དེ་ལྟོ་གཞན་ཚུ་ཡང་རྒྱས་གཏང་ནི་དང་
ཉམས་སྤྲང་འབད་ནི་ལུ་ཕན་གོགས་འབད་མ་ཡིན།

**དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་གྱིས་ མི་སྤེལ་ནང་ལུ་ཚོང་སྤྲུག་སེལ་ནི་དང་ ཡང་
ཅིན་ བཀའ་འཛིན་འབད་ནི་ལུ་ཕན་ཐོགས་ཚུགས།** འཛུམས་གྲིང་ནང་གི་མི་
སྤེལ་ཆུང་མཉམ་གྱི་ནང་ལུ་ གཡུས་སྤོང་ལམ་ལུགས་སྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་
གཏམ་སྤྲུབ་ནི་དང་འཆམ་འགྲིག་བཟོ་ནི། འཁོན་ལྷུང་བཟོ་ནི་ལ་སོགས་པ་
ཚུ་གིས་ སྤོ་ཐག་བཅད་ནི་ལུ་མེད་ཏུ་མི་རུང་བའི་མཐུན་རྒྱུན་ཅིག་ཡིན།
དེ་བཟུམ་གྱི་ལུགས་སྲོལ་འདི་ རྒྱས་རབས་ལས་བཅད་དེ་ དམིགས་
བསལ་གྱིས་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་ མི་སྤེལ་ལུ་ཕན་ཐོགས་ནི་
དང་ རང་བཞིན་གནས་སྤངས་ཀྱི་འཐོན་བསྐྱེད་དང་ ས་ཞིང་མཉམ་སྤྱོད་ཀྱི་
ལམ་ལུགས་ཚུ་ ཚུལ་དང་མཐུན་ཏོག་ཏོ་སྤྱོད་ནི་ལུ་དང་ མི་སྤེལ་ལུ་
ཞི་བདེ་དེ་རང་ལུ་གནས་ཚུགས་ནི་ལུ་ཕན་ཐོགས་པ་ལས་ དེ་བཟུམ་གྱི་ལམ་
ལུགས་དེ་ བྱ་ལུགས་ཡངས་བྲག་ཅིག་ཡིན་མ་ཆོད་ རྒྱས་ཤིང་རྒྱས་པ་སྤེལ་

ཡང་འདྲུག། དེ་ལྟོ་འབད་བ་ཅིན་ ཡིས་མེན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ ལུང་སྲོལ་དང་
མེ་ལེན་སྲོལ་ གི་ལུང་ཕྱོགས་ཀྱི་ མི་མི་ལྷ་རྒྱུ་ གི་མི་མེར་ཚུ་གི་ རྒྱ་
གཡུར་འཛིན་སྤྱོད་དང་ རྒྱ་བཀོ་བཤའ་རྒྱབ་སྤྲེ་བྱིན་ནི། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་
རྒྱུ་འཛིན་གི་དགའ་བའ་ཚུ་སེལ་ནི་དོན་ལུ་ ཁྱིམ་ཞིབ་ཚོགས་པ་ཅིག་
བཟོ་སྤྱོད་མི་དེ་གིས་ ལུང་ཕྱོགས་ནང་ལུ་ཡོངས་གྲགས་ཡོད་པའི་ སོ་
ནམ་གྱི་འཐོན་བསྐྱེད་ཚོང་བསྐྱེལ་དང་ཤིང་འབྲས། དེ་ལས་ མཛེས་པའི་མེ་
རྒྱ་སྒྲུ་ཚོགས་ཚུ་ལུ་ གཡུས་གནད་ཅན་ཅིག་ཡིན་མས། ལུང་སྲོལ་དང་མེ་
ལེན་སྲོལ་གི་ཁྱིམ་ཞིབ་ཚོགས་སྤེལ་འབྲས་མི་ཚུ་ རེས་གཟུང་ལྷག་པ་ཨ་
རྒྱལ་འཛུམས་དོ་ཡོད་པ་དང་ དེ་གི་སྐབས་ལུ་ འབྲས་མི་སྤོ་སྤྱོལ་དང་
ལུན་མི་ཚུ་གིས་ ཁྱིམ་མཐུན་དང་བཟུང་ལུ་མེ་ལེ་བའི་ཁྱིམ་ཁང་ཚུ་
ལས་སྤོང་ཚོང་བཏོན་དོ་བཟུམ་སྤེལ་ རྒྱུ་བཤའ་མ་ཐོན་སྤེལ་ ལུ་འབད་མ་
ཡིན་མས། ཁྱིམ་ཞིབ་ཚོགས་པའི་འབྲས་མི་གར་ སོ་ནམ་ཞིང་ལུ་ལུ་
བརྟན་ཏེ་སྤྱོད་མི་ཡིན་མ་ད་ སོ་ནམ་ཞིང་ལུ་དང་རྒྱུ་གཡུར། དེ་ལས་ གཡུས་
སྤོང་རྒྱུ་འཛིན་གི་ནང་ལུ་ འཆམ་འགྲིག་དང་འཁོན་ལྷུང་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་
ཉམས་སྤྲང་ཡོད་མི་ཚུ་ཡིན་མས། དེ་བཟུམ་མའི་ མི་སྤེལ་དང་འབྲེལ་བའི་
ལམ་ལུགས་སྲོལ་འདི་ གཡུས་སྤོང་ལུ་གསུམ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ མི་སྤེལ་
བདེ་དང་ལུན་སྤེལ་བཞག་ནི་དང་ ཆ་གུང་དང་ལུན་པའི་གཡུས་ཀྱི་མི་ཚུ་
གིས་ རོས་ལེན་འབད་མི་དང་འབྲེལ་ཏེ་ དེ་བཟུམ་མའི་རྒྱུ་འཛིན་ཚུ་སེལ་
ནི་དང་ བཀའ་འཛིན་འབད་དེ་ མི་སྤེལ་ལུ་ཞི་བདེ་དང་ལུན་སྤེལ་བཟོ་
ཚུགས་པ་ལས་ ལམ་ལུགས་དེ་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཅིག་ཡིན།

**དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་འདི་གིས་ ཞི་བདེ་དང་སྤྱོད་ལུ་ཉམས་གསོ་འབད་
ནི་ལུ་ གོགས་རམ་འབད་འོང།** དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་འདི་ ཞི་བདེ་དང་
འཆམ་འགྲིག་བཟོ་ནི་དེ་མེ་མོ་ལྟོ་ཅིག་ཡིན།



འཛུམས་གྲིང་གི་སྤྱི་ཚོགས་ཆུང་མཉམ་གྱི་ནང་ལུ་ གཡུས་སྤོང་
ལམ་ལུགས་སྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་གཏམ་སྤྲུབ་ནི་དང་འཆམ་
འགྲིག་བཟོ་ནི། འཁོན་ལྷུང་བཟོ་ནི་ལ་སོགས་པ་ཚུ་གིས་ སྤོ་
ཐོ་ཐག་བཅད་ནི་ལུ་མེད་ཏུ་མི་རུང་བའི་མཐུན་རྒྱུན་ཅིག་ཡིན།
དེ་བཟུམ་གྱི་ལུགས་སྲོལ་འདི་ རྒྱས་རབས་ལས་བཅད་དེ་
དམིགས་བསལ་གྱིས་མཐའ་འཁོར་གནས་སྤངས་དང་ མི་
སྤེལ་ལུ་ཕན་ཐོགས་ནི་དང་ རང་བཞིན་གནས་སྤངས་ཀྱི་
འཐོན་བསྐྱེད་དང་ ས་ཞིང་མཉམ་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ཚུ་
ཚུལ་དང་མཐུན་ཏོག་ཏོ་སྤྱོད་ནི་ལུ་དང་ མི་སྤེལ་གི་བརན་
ཕན་ཚུན་ཞི་བདེ་དང་ལུ་གནས་ཚུགས་ནི་ལུ་ཕན་ཐོགས།

དཔེར་ན་ མི་སྡེ་དང་གཟུང་ཚང་ནང་འཁོད། དེ་ལས་ མི་རྒྱུ་དང་ཕན་ཚུན་
གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ ཞི་བདེ་བསྐྱར་གསོ་འབད་ནི་ལུ་ ལུས་སྟོབས་སྟོམ་ཡོད།
ཞི་བདེ་འཛིན་མོ་འདི་ དྲག་ལས་རྩལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྟོལ་ས་མེན་པར་ གཏམ་
བརྩིས་གསོར་འབད་བའི་ཐོག་ལས་ མཐུན་ལམ་ལེགས་ཤོམ་བཟོ་
ཚུགས་པ་མ་ཚད་ རྩལ་སྤྱོད་དང་ཞེ་སྤང་། འཁོན་འཛིན་དང་གོ་བ་ཕྱི་སྤྱོར་
ལེན་མི་ཚུ་སྟོན་སྟེ་ གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་དཔེ་ཚུན་འབད་དེ་ དགའ་
ཉམས་ཀྱི་སྟོལ་ས་འཛོལ་སྟོང་ཚུགས་པ་ཨིན།

**དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་ ཉམས་སྤང་འབད་མི་གིས་ ཡུན་བརྟན་གྱི་ཞི་བདེ་
དང་སྤུབ་སྟོབས་ཀྱི་གཞི་ཅིག་ཨིན།** དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་གྱི་ནང་ལུ་ ཞི་
བདེ་དང་སྤུབ་སྟོབས་ཀྱི་རྒྱ་ཚད་སྟོ་ཡོད་པའི་རིང་ལུ་ མི་རྒྱུ་དང་མི་སྡེ་ དེ་
སྤྱི་ཚོགས་ཆ་མཉམ་ མཉམ་ཐུབ་འབད་དེ་ དེ་ཉམས་སྤང་འབད་ནིའི་ལུ་
ལུ་བརྩོན་ཤུགས་བསྐྱེད་དགོས་མ་ཚད་ མཐའ་ན་ སྟེ་ཡོད་པོ་མོ། དབང་
པོ་སྟོན་ཡོད་མེད་དང་ མཐའ་ཐུར་གྱི་གཡུས་སྟོན་ཚུ་དང་ཀྱི་ཅིག་གི་མི་མེར་ཚུ་
གིས་ཡང་ ཉམས་སྤང་གི་འགན་ཁུར་འབག་དགོ། མི་སྡེ་ག་རྒྱུ་ལག་

མཐུན་ཀྱབ་སྟེ་ བཅའ་མར་གཏོགས་མི་དེ་གིས་ དམངས་ཚཱིའི་གཞུང་སྟོང་
དང་འགྲོ་བ་མིའི་དབང་ཆ་ལུ་གྱུར་བ་ཀྱང་། ལམ་ལུགས་སྲོལ་ཉམས་སྤང་
འབད་ནིའི་ལུ་རིགས་ནང་ལུ་ འབད་བརྩོན་འབད་བའི་གྲུབ་འབྲས་ཀྱིས་
མཐའ་མཇུག་ལུ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཞི་བདེ་དང་སྤུབ་སྟོབས་གོང་འཕེལ་འགྱུར་
དང་ ལམ་ལུགས་སྲོལ་ལུ་བརྩི་མཐོང་བསྐྱེད་དེ་ སྤར་སྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་
ཤེས་བྱ་སྲོལ་ཏེ་བྱིན་ནི་ མི་དམངས་ཁུལ་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྩྭ་གས་
སྤྱི་དབྱེད་བཟོ་སྟེ་ རང་གིས་རང་ལུ་ངལ་རངས་འབྱུང་ནི་ཨིན་མ་མ་ཚད་
དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་གསར་གཏོད་འབད་ནི་ལུ་ གོ་སྐབས་གསར་པ་
ཡང་ བརྟན་ཚུགས་ནིའི་འོས་འབབ་ཡོད་པ་ཨིན། སྤར་གྱི་ལམ་ལུགས་
སྲོལ་ཚུ་ ཉམས་སྤང་འབད་མི་དེ་གིས་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་ཉེ་མ་བརྟུ་
གསིག་དང་ བྱ་སྐབས་མ་བདེམ་བྱུང་མི་ཚུ་ཡང་ སྟེ་ཚན་གཉིས་ཆ་རའི་
བར་ན་ བདེ་སྤྱོད་བཟོ་ཚུགས། དེ་སྟེ་ ཕན་ཚུན་གཉིས་ཀྱི་བར་ ལམ་
ལུགས་སྲོལ་གྱི་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ འཁོན་ལུས་བཟོ་མི་དེ་གིས་ མི་
སྡེའི་ནང་ལུ་ ཞི་བདེ་དང་སྤུབ་སྟོབས་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ཡུན་བརྟན་ཐོག་བཟོ་ནི་
ལུ་ ཕན་ཐོགས་ཅན་གྱི་རྒྱུ་དང་མཐུན་ཚུན་ཅིག་ཨིན།

ཏུས་ཚོད་རིམ་གྱུར་དང་འབྲེལ་ཏེ་
ལག་ལེན་འཐབ་ཡོད་པའི་
ལུགས་སྲོལ་དང་དེ་དང་འབྲེལ་
བའི་ཤེས་ཡོན་ཚུ་ རང་བཞིན་
གནས་སྤངས་ཀྱི་འཐོན་བསྐྱེད་ཚུ་
ཡུན་བརྟན་གྱི་སྟོལ་ས་སྤྱོད་ནི་ལུ་
དང་ གནས་གཤེས་སྤྱོད་འགོ་ས་
ཀྱི་ལུས་ལེན་འཐབ་ཏེ་ཡོད། དེ་
འབད་མ་ལས་ དངོས་མེད་ལམ་
སྲོལ་འདི་གིས་ མཐའ་འཁོར་
གནས་སྤངས་ ཡུན་གནས་ཀྱི་
དོན་ལུ་དང་ སྟེ་ཐུན་རིགས་སྟེ་ཚུ་
སྤུབ་སྟོབས་འབད་ནི་ཚུ་ལུ་ ཕན་
ཐོགས་འབད་མ་ཨིན།



© Tribunal de las Aguas de la Vega de Valencia



© Tribunal de las Aguas de la Vega de Valencia





มรดก
ภูมิปัญญาทาง
วัฒนธรรม



The designations employed and the presentation of material throughout this publication do not imply the expression of any opinion whatsoever on the part of UNESCO concerning the legal status of any country, territory, city or area or of its authorities, or the delimitation of its frontiers or boundaries.

The authors are responsible for the choice and the presentation of the facts contained in this book and for the opinions expressed therein, which are not necessarily those of UNESCO and do not commit the Organization.

The present translation has been prepared under the responsibility of the International Information and Networking Centre for Intangible Cultural Heritage in the Asia-Pacific Region under the auspices of UNESCO (ICHCAP) and Bhutanese National Commission for UNESCO and National Library & Archives of Bhutan.