ཨུམ་སྟོད་ཁའི་བོང་སྐོར་ལ་དཔྱད་པ།

DOI: https://doi.org/10.17102/rigzoedjournal.clcs.rub.2.002

བསྡུད་དོན།

“བོང་སྐོར་”ཟེར་མི་འདི་སྤུ་ན་ཁ་རྫོང་ཁག་ གླིང་མུ་ཁ་རྒེད་འོག་ གཡུས་སྟོད་ཁ་ལུ་ ལོ་བསྟར་བཞིན་དུ་གསོལ་སྲོལ་ཡོད་པའི་གསོལ་མཆོད་ཅིག་ལུ་སླབ་ཨིན་པས། གསོལ་མཆོད་འདི་གཡུས་གོ་འདི་ནང་ སྔོན་དང་ཕུ་ལས་དར་ཏེ་ཡོད་རུང་ ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད་ དེ་གི་སྐོར་ལས་ག་གིས་ཡང་ཞིབ་འཚོལ་འབད་འབདཔ་མེདཔ་མ་ཚད་ དུས་སྟོན་འདི་གི་སྐོར་ལས་ཤེས་མི་ གཡུས་གོ་འདི་ནང་གི་ ཕམ་རྒན་ཤོས་དག་པ་ཅིག་ལས་མིན་འདུག། རྒན་ཤོས་ལ་ལུ་ཅིག་ ལོ་ན་རྒས་ཡོདཔ་ལས་བྱུང་གིས་མ་ལྡོགས། ལ་ལུ་ཅིག་ལོ་རེ་བཞིན་དུ་ཚེ་ལས་འདས། ན་གཞོན་ཚུ་གིས་ དེ་གི་ཁྱུངས་དང་དགོས་པ་ བྱ་སྒོའི་རིམ་པ་ཚུ་མ་ཤེས་པར་སྔོན་ལས་ཡོད་པའི་གསོལ་མཆོད་ཕྱུལ་ནིའི་ ལམ་སྲོལ་འདི་ཉམས་ཏེ་ མིང་ཙམ་ར་མེད་པར་འགྱོ་ནི་གི་ཉེན་ཁ་ཡོདཔ་ལས་ ལམ་སྲོལ་འདི་ཉམས་སྲུང་དང་གོང་འཕེལ་གཏང་ཐབས་ལུ་དམིགས་ཏེ་ གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་དང་ འབྲེལ་བ་འཐབ་སྐེ་དྲི་བ་དྲིས་ལན་དང་ ཡིག་ཆ་ཚུ་དབྱེ་དཔྱད་འབད་ཐོག་ལས་ བསྟུ་ལེན་འབད་ཡོད་པའི་གནད་དོན་ཚུ་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་བའི་སྐབས་ བོང་སྐོར་འདི་ ལོ་ཨ་ཏག་ར་ རང་བླ་༢ པའི་ཆོས་༡༥ ལས་ཆོས་༡༨ ཙམ་ གཡུས་གོ་ནང་ལུ་རྒྱེན་ངན་མི་འོང་ནི་དང་ ལོ་ཕྱུགས་ཏག་ཏུ་ལེགས་ནི་དོན་ལུ་ བརྩི་བསྲུང་ཞུཔ་ཨིན་མས། ཨིན་རུང་ བོང་སྐོར་དེ་ དུས་ནམ་ལས་བྱུང་ཡི་ག་ གི་སྐོར་ལས་ཁ་གསལ་ཅིག་ག་ནི་ཡང་ བཤད་སྲོལ་མེདཔ་མ་ཚད་ ཁུངས་བཏུགས་ཡིག་ཆ་ཡང་ག་ནེ་ཡང་མེད་རུང་ བོང་སྐོར་འདི་ཞབས་དྲུང་མཆན་ལྡན་བདེ་བ་བཅོན་ཞིནམ་ལས་དར་ཡོདཔ་ཨིན་པའི་ཁུངས་དང་ བོན་དང་ནང་ཆོས་འདྲེས་མ་ལུ་གྱུར་ཡོད་པའི་ཁུངས་ཚུ་བཀོད་དེ་ཡོད། བོང་སྐོར་དང་འབྲེལ་བའི་ཞིབ་འཚོལ་དེ་གིས་ འབྲུག་གི་ངོ་རྟགས་ལམ་སྲོལ་མི་ཉམས་ནི་དང་ ད་ལྟོ་ཚུན་བོང་སྐོར་དེ་གི་ རྒྱབ་ཁུངས་མ་ཤེསཔ་ལུས་མི་ཚུ་དང་ཞིབ་འཚོལ་པ་ཚུ་ལུ་ཕན་ཐོག་ཚུགས།

གཙོ་ཚིག། བོང་སྐོར། དུས་སྟོན། གསོལ་ཁ། གནས་བདག། དཔའ་བོ། ཨུམ་སྟོད་ཁ།

ངོ་སྤྲོད།

ཧེ་མ་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་མ་དར་བའི་སྐབས་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལྗུངས་ཕྱོགས་མང་ཤོས་ཅིག་ནང་ བོན་གྱི་བསྟན་པར་དར་ཏེ་སྡོད་ནུག། ཨིན་རུང་ ལྗུང་ཕྱོགས་ལ་ལུ་ཅིག་ནང་ ད་ལྟོ་བར་ནང་ཡང་བོན་གྱི་ ལུགས་སྲོལ་འདི་མ་ཉམས་པར་ བརྩི་སྲུང་འབད་སྲོལ་ཡོདཔ་མ་ཚད་ ལྗུང་ཕྱོགས་ནང་གི་མི་ཚུ་གིས་བོན་ གྱི་ལུགས་སྲོལ་འདི་ལུ་ དད་པ་དང་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་སར་མཐོངམ་མས། དེ་བཟུམ་སྦེ་ ནུབ་ཕྱོགས་རྫོང་ ཁག་སྤུ་ན་ཁ་ལུ་ རྐེད་འོག་བཅུ་གཅིག་ཡོད་ས་ལས་ གླིང་མུ་ཁ་དང་ཤེལ་ཛ་ན་རྐེད་འོག་གཉིས་ཀྱི་ནང་ བོང་སྐོར་ཟེར་བའི་བོན་གྱི་ ལྷ་གསོལ་ནི་ཡོད་རུང་ བར་སྐབས་ཅིག་ལས་ཤེལ་ཛ་ན་གི་ བོང་སྐོར་གྱི་སྲོལ་ འདི་ཉམས་ཡོད་རུང་ གླིང་བུ་རྐེད་འོག་གཡུས་ཨུམ་སྟོད་ཁ་ལུ་འབད་བ་ཅིན་ ད་ལྟོ་བར་ནང་ཡང་མ་ཉམས་ པར་གསོལ་ནི་འདུག།

ཨུམ་སྟོད་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་ ཁ་རྒྱུན་ལས་འབད་བ་ཅིན་ ཨུམ་སྟོད་ཁའི་བོང་སྐོར་འདི་ ལོ་ཨ་རྟག་ར་རང་ཟླ་ ༢ པའི་ཚེས་༡༥ གི་ཕྱི་རུ་ལས་ཚེས་༡༨ ཙམ་ ཉིན་གྲངས་གསུམ་གྱི་རིང་འགོ་འདྲེན་འཐབ་སྲོལ་ཡོད་པའི་ བོན་གྱི་ལུགས་ཕ་བརྒྱུད་བུ་བརྒྱུད་སྦེ་ ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ཡོད་པའི་ལམ་སྲོལ་ཅིག་ཨིན་མས། བོང་སྐོར་གྱི་ ལྷ་གསོལ་འདི་གཙོ་བོ་ར་ གཡུས་ཁ་ལུ་ མི་དང་སྒོ་ནོར་སེམས་ཅན་ཚུ་མི་མཐུན་པའི་རྐྱེན་ངན་བར་ཆད་ཚུ་ ལས་ བཀག་ནིའི་དོན་ལུ་དང་ ནད་ཡམས་མུ་གེ་ཞི་ཐབས། ཆར་ཆུ་དུས་སུ་འབབ་ནི་དང་ ལོ་ཕྱུགས་རྟག་ ཏུ་ལེགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ གསོལཔ་ཨིན་པས།

ཨིན་རུང་བོང་སྐོར་འདི་གི་སྐོར་ལས་ ཡིག་ཆ་ཚུ་ནང་ག་ཏེ་ཡང་བཀོད་དེ་མེདཔ་ལས་བརྟེན་ ག་དེམ་ཅིག་ སྦེ་ བོང་སྐོར་འདི་གི་སྐོར་ལས་ཞིབ་འཚོལ་འབད་དེ་ ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་དེ་མ་བཞག་པ་ཅིན་ སྲོལ་བཟང་ པོ་དེ་ མ་འོངས་ན་གཞོན་ཚུ་གི་སྐབས་ལུ་ ཤེལ་ཛ་ན་གི་བོང་སྐོར་བཟུམ་སྦེ་ ཡལ་ནི་ཉེན་ཁ་འདུག། དེ་ ཡང་དཀོན་མཆོག་བསྟན་པའི་སྒྲོན་མེ་ (༢༠༡༨ ཤོག་གྲངས་ ༧) གིས་ "ཆུ་ཕྲན་བརྒལ་བར་མི་ནུས་ དེ། །རྒྱ་མཚོ་རྒྱལ་གྱིས་ག་ལ་ཆོད། །ཡ་རབས་ལུགས་ཀྱང་མ་ཤེས་ན། །ཆོས་ཀྱི་དེ་ཉིད་ཇི་ལྟར་རྟོགས། །" ཟེར་གསུངས་དོ་བཟུམ་སྦེ་ ལམ་སྲོལ་བཟང་པོ་ཤེས་ནི་དེ་ཁག་ཆེཝ་ཨིནམ་ལས།

ཞིབ་འཚོལ་འདི་ ཉམས་མ་བཅུག་པ་ཡུན་བརྟན་གནས་ཐབས་ལ་དམིགས་ཏེ་ ཁྱུངས་བཙན་ཐབས་ཤེས་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་བྲིས་ཡོད། དེ་ཡང་ བོད་སྐོར་དང་འབྲེལ་བའི་ཡིག་ཆ་དབྱེ་དཔྱད་དང་ གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་ལུ་དྲི་བ་དྲིས་ལན་འབད་དེ་ བསྡུ་ལེན་འབད་ཡོད་པའི་གནད་དོན་ཚུ་ཁ་གསལ་སྦེ་བཀོད་དེ་ཡོད། དེ་ལས་གནས་སྡུད་དབྱེ་དཔྱད་དེ་ ནང་དོན་དབྱེ་དཔྱད་ཀྱི་ཐབ་སྒོ་རིམ་པ་དྲུག་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ གནད་དོན་བཀོད་དེ་ཡོད།

རྩོམ་རིག་བསྐྱར་ཞིབ།

བོན་ཆོས་འདི་འབྲུག་ལུ་ སྔོན་གོང་ལས་ར་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ས་གནས་མང་ཤོས་ཅིག་ནང་ར་ དར་ཏེ་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྦེ་ སྤུ་ན་ཁ་རྫོང་ཁག་ གླིང་མྱུ་ཁ་རྒྱེད་འོག་ གཡུས་ཨུམ་སྟོད་ཁ་ལུ་ཡང་ བོད་སྐོར་ཟེར་བའི་བོན་ཆོས་ཅིག་དར་ཏེ་ ད་ལྟོའི་བར་ནང་ཡང་མ་ཉམས་པར་ གསོལ་སྲོལ་ཡོདཔ་ཨིན་རུང་ དེ་གི་འབྱུང་ཁུངས་དང་ དགོས་པ་ཚུ་ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་དེ་མེདཔ་ལས་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་དགོ་པའི་གནས་དོན་ཅིག་ལུ་གྱུར་ཏེ་འདུག།

བོད་སྐོར་འདི་ གཏེར་བརྟོན་རྡོ་རྗེ་གླིང་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་མེད་སྐོར།

གཡས་མི་ལ་ལུ་ཅིག་བོད་སྐོར་འདི་ གཏེར་བརྟོན་རྡོ་རྗེ་གླིང་པ་གིས་སྲོལ་གཏོད་གནང་ཡོདཔ་སྦེ་བཤད་ནི་འདུག། སྤྱིར་བཏང་ གཏེར་བརྟོན་རྡོ་རྗེ་གླིང་པ་འདི་ གཏེར་བརྟོན་རྒྱལ་པོ་ལྔའི་ཡ་གྱལ་ཨིནམ་སྦེ་རྩིཔ་ཨིན་རུང་ ཞིབ་འཚོལ་རྩོམ་ཤོག་དང་རྣམ་ཐར་ནང་ བོན་གྱི་གཏེར་བརྟོན་པ་ཡང་ཨིནམ་སྦེ་བཤད་ནི་འདུག། དེ་ཡང་ ཀརྨེ་ (Karmay, 2020) གྱིས་འབད་བ་ཅིན་ གཏེར་བརྟོན་རྡོ་རྗེ་གླིང་པ་གིས་ སྔོན་མ་དུས་རབས་༡༣ པའི་ནང་ བོད་ལུ་ནངཔའི་ཆོས་དང་བོན་གྱི་ལུགས་སྲོལ་གཉིས་ཆ་ར་ དར་ཁྱབ་བཏང་ནུག་ཟེར་ཨིན་མས། དོ་རུང་ཁོ་གིས་ ག་ཅི་བཀོད་དེ་འདུག་ཟེར་བ་ཅིན་ འབྲུག་གི་ས་གནས་མང་རབས་ཅིག་ནང་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ཡོད་མི་ནང་ལས་ སྤུ་ན་རྫོང་ཁག་གླིང་མྱུ་རྒྱེད་འོག་ནང་ལུ་ཡང་ གཏེར་བཞེས་དེ་ལས་ཁོ་གིས་རྒྱུད་པ་དང་གནས། དེ་ལས་ ལུགས་སྲོལ་བཟང་པོ་ཚུ་ ད་ལྟོ་བར་ན་ཡང་ ཡོད་ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག། དེ་མ་ཚད་ གཱཊ་ནར་གྱིས་ཡང་ བོན་གྱི་གཏེར་བརྟོན་པ་ཨིནམ་སྦེ་བཀོད་དེ་འདུག (Gardner,

2009)། གནད་དོན་འདི་ཚུ་དང་འབྲེལ་བ་ཅིན་ སློན་གོང་ལས་རང་ བོན་ཆོས་དང་ནང་ཆོས་འབྲེལ་བ་ཡོདཔ་ཤེས་ཚུགས་རུང་ བོང་སྐོར་འདི་ གཏེར་བཏོན་རྡོ་རྗེ་གླིང་པ་ལས་དར་ཡོད་མེན་འདི་ཁ་གསལ་མིན་འདུག

བོན་གྱི་དབྱེ་བ་དང་ཁྱད་ནས།

བོན་གྱི་དབྱེ་བའི་ཐད་ཁར་ ཆོས་སྒྲོན་ (Choden, 2014) གྱིས་འབད་བ་ཅིན་ བོན་ཆོས་ལུ་ བོན་དཀར་དང་བོན་ནག་ཟེར་དབྱེ་བ་གཉིས་ཡོདཔ་ཨིན་མས། དང་པ་བོན་དཀར་ཟེར་མི་འདི་སེམས་ཅན་དམར་གསད་དང་འབྲེལ་བ་མེད་མི་ཅིག་དང་ བོན་ནག་ཟེར་མི་འདི་མིག་འཕྲུལ་རྒྱབ་ནི་དང་ སེམས་ཅན་དམར་གསད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་ཅིག་ཨིན་ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོདཔ་མ་ཚད་ འབྲུག་ལུ་བོན་ནག་འདི་ནང་པའི་ཆོས་ལུགས་འགོ་བཙུགས་ཞིནམ་ལས་ཚུར་ དར་ཁྱབ་གནམ་མེད་ས་མེད་ཅིག་འགྱོ་མ་ཚུགས་པས་ཟེར་ཨིནམ་མ་ཚད་ ལྷུན་རྩེ་རྫོང་ཁག་གཡུས་འགོར་མཚོམ་ལུ་བརྩི་སྲོལ་ཡོད་པའི་ "ཧྲ" ཟེར་མི་འདི་བོན་དཀར་གྱི་ཁོངས་སུ་བསྡུཝ་ཨིན་ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག། ཨིན་རུང་ཨུམ་སྟོད་ཁའི་བོང་སྐོར་འདི་ བོན་དཀར་དང་བོན་ནག་གཉིས་ལས་ ག་ཅི་གི་གྲངས་སུ་ཚུདཔ་ཨིན་ན་ཁ་གསལ་མིན་འདུག།

པོ་མོ་རེཊ་ (Pommaret, 2006) གིས་འབད་བ་ཅིན་ བོན་ཆོས་འདི་མང་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་ ཞིང་ལྷ་འགོ་བཙུགས་པའི་སྐབས་དང་ ལོ་ཐོག་བསྡུ་ཞིནམ་ལས་བརྩི་སྲུང་ཞུཝ་དོ་ཡོདཔ་མ་ཚད་ དེའི་སྐབས་ལུ་ བླམ་ཆོསཔ་དང་གཡུས་གོ་གཞན་ཁའི་མི་ཚུ་ དུས་སྟོན་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་དང་ ལྟོད་མོ་ཡང་བལྟ་མི་བཅུག་ཟེར་ཨིན་མས། ཨིན་རུང་ ཨུམ་སྟོད་ཁའི་བོང་སྐོར་འདི་ ཞིང་ལྷ་འབད་ནི་འགོ་མ་བཙུགས་པའི་སྔོན་མ་བརྩི་ནི་ཡོད་པའི་ཁར་ བོང་སྐོར་དེ་ནང་བླམ་ཆོསཔ་ཚུ་གིས་ཡང་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ནི་ཡོདཔ་མ་ཚད་ གཡུས་གོ་གཞན་གྱི་མི་ཚུ་ཡང་ འདི་ནང་ལྟདམོ་ལྟ་བར་འོང་སར་མཐོངམ་ལས་ བོན་ཆོས་ཀྱི་དུས་སྟོན་ལུ་ཁྱད་པར་ཡོདཔ་སྦེ་མཐོང་ཡི།

གཡུས་གོ་འདི་ནང་ལུ་ བོང་སྐོར་གསོལ་དགོ་པའི་ཁུངས།

འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ བོན་གྱི་སྲོལ་གཞི་བཙུགས་འབད་དགོ་པའི་ རྒྱབ་ཁུངས་རེ་འོངམ་ཨིན་མས། ཆོས་

འཕེལ་ (Chophel, 2018) གིས། འབད་བ་ཅིན་ རྟ་རྫོང་ཁག་གཡུས་ཡངས་ཐང་ལུ་ བོན་ཆོས་སམ་ བོང་སྐོར་ཟེར་བའི་དུས་སྟོན་འདི་ སྟོན་མ་བོད་ལས་དམག་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པའི་བརྡ་མཚོན་ལུ་ བརྩི་སྲུང་ཞུཔ་ ཨིན་མས་ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག། ངག་དབང་རྒྱ་མཚོ་ (༢༠༡༣) གིས་བཀོད་མི་ནང་ལུ་ རྟ་ཡངས་ཐང་ལུ་ ཡོད་པའི་བོན་ཆོས་འདི་ ཁྲུང་བདུད་ཀྱི་ལྷ་གསོལ་ཨིན་ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོདཔ་མ་ཚད་ རྟ་ཡངས་ཐང་གི་ལྷ་ གསོལ་འདི་གཙོ་བོ་ར་ ཞབས་དྲུང་འབྲུག་ལུ་བྱོན་ཞིནམ་ལས་ཚུར་ བོད་ལས་དམག་ལེན་ཐེངས་མང་ རབས་ཅིག་འོངས་པའི་སྐབས་ གནས་བདག་ཁྲུང་བདུད་ཀྱིས་ མཐུ་དང་ནུས་པ་ལུ་བརྟེན་ཏེ་ དམག་རྒྱལ་ ཁ་ཐོབ་པའི་ བཀའ་དྲིན་དགའ་ཚོར་ཞུ་ནི་དང་ བོད་དམག་ལས་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པའི་བཀའ་དྲིན་ལུ་ ལོ་ཨ་ རྟག་ར་ མཆོད་སྲོལ་ཡོད་པའི་ལྷ་གསོལ་ཅིག་ཨིན། གསོལ་བའི་སྐབས་ལུ་ཡང་ ད་ལྟོའི་བར་ན་ཡང་ སེམས་ཅན་དམར་བསད་འབད་དེ་ ཕུལ་ནིའི་སྲོལ་འདུག་ཟེར་ཨིན་པས། དེ་འབདཝ་ད་ ཨུམ་སྟོད་ཁའི་ བོང་སྐོར་འདི་ ག་ཅི་སྦྲི་བརྩི་བསྲུང་ཞུཔ་ཨིན་ན་ དེ་གི་རྒྱུ་ཁུངས་ཚུ་ཁ་གསལ་སྦྲི་མི་ཤེས་པས།

ཧོ་རུང་ཡངས་ཐང་གི་མི་དང་སྤྲ་རོ་གི་མི་ཚུ་གིས་ ལོ་ཐོག་གི་ཕུད་ཕུལ་བའི་ལོ་དུས་གསོལ་མཆོད་ཟེར་ གནས་བདག་ཁྲུང་བདུད་ལུ་ ཕུལ་བའི་སྲོལ་ཅིག་ཡང་འདུག། ངག་དབང་རྒྱ་མཚོ་ (༢༠༡༣) གིས་འབད་ བ་ཅིན་ སྤྲ་རོཔ་ཚུ་ཁྲུང་བདུད་ལུ་ གསོལ་ཁ་ཕུལ་བར་འོང་དགོ་མི་འདི་ སྟོན་མ་བོད་དང་འབྲུག་དམག་ རྒྱབ་པའི་སྐབས་ གནས་བདག་ཁྲུང་བདུད་ཀྱིས་གྲོགས་རམ་མཛད་དེ་ ཕྱིའི་དམག་ལས་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་མི་ལུ་ བཀའ་དྲིན་དགའ་འཚོར་ཞུ་ནིའི་དོན་ལུ་དང་ ལྷག་པར་དུ་རྟ་ལུང་ཕྱོགས་ཀྱི་མི་སེར་ཚུ་ལུ་ སྐྱབས་དང་སྐྱོང་ གྲོགས་འགྲོ་མཐུད་དེ་ མཛད་ནི་དོན་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལཝ་ཨིན་པས། ཨིན་རུང་ གོང་གི་ཡངས་ཐང་གི་ མི་ཚུ་གིས་མཆོད་སྲོལ་ཡོད་མི་འདི་ནང་འབད་བ་ཅིན་ གསོལ་ཐངས་ལུ་ དཔའ་བོ་དང་རྣལ་འབྱོརམ་མེད་ པའི་ཁར། འབྲེལ་གཏོགས་འབད་མི་ སྤྲ་རོ་གི་མི་ཚུ་ཡང་འོང་ནི་གི་སྲོལ་མིན་འདུག། དེ་གི་བྱ་སྒོའི་རིམ་པ་ ལུ་ལྟ་བ་ཅིན་ ཨུམ་སྟོད་ཁའི་བོང་སྐོར་དང་ཆ་འདྲ་སུ་ཅིག་འདུག། ཡངས་ཐང་གི་མི་རྒྱུངམ་གཅིག་གིས་ སྲོལ་ནི་ཡོད་མི་འདི་ལུ་ “ལྷ་གསོལ” ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོད་རུང་ སྤྲ་རོཔ་དང་ཡངས་ཐང་གི་མི་ཚུ་བསྡོམས་ཏེ་ གསོལ་མི་འདི་ལུ་ “གསོལ་མཆོད” ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག། ཨིན་རུང་རྩོམ་ཤོག་གཉིས་ཆ་རའི་ནང་ལུ་ ལྷ་ གསོལ་དང་གསོལ་མཆོད་གཉིས་ཀྱི་ གོ་དོན་གསལ་ཏོག་ཏོ་ཅིག་ག་ནི་ཡང་མ་བཀོད་པས། དེ་འབདཝ་ལས་

ཨུམ་སྟོད་ཁའི་བོད་སྐོར་འདི་ གསོལ་མཆོད་ཨིན་ན་ ལྷ་གསོལ་ཨིན་ན་ བལྟ་དགོཔ་ཁག་ཆེཔ་སྦེ་མཐོང་ཡི།

ཕན་བདེ་དགེ་ལེགས་དབང་ཕྱུག་ (༢༠༡༦ ཤོག་ ༡༩༩- ༢༠༩) གིས་ ཧ་རྫོང་ཁག་སྤྱིས་རྒྱེད་འོག་ནང་ ལོ་ཨ་རྟག་ར་གསོལ་སྲོལ་ཡོད་པའི་ ཁྲུང་བདུད་ཀྱི་ལྷ་གསོལ་འདི་ དགྲ་ལྷ་ཁྲུང་བདུད་ལུ་ཕུལཝ་ཨིནམ་ལས་ ཁྲུང་བདུད་དེ་ རྫོང་གཞིས་ནང་གསོལ་ཁའི་གྲངས་སུ་མ་ཚུད་པའི་ཁུངས་བཀལ་ཏེ་ཡོདཔ་མ་ཚད་ དེ་བོན་གྱི་གསོལ་མཆོད་ཨིན་པའི་ཁུངས་ཡང་བཀོད་དེ་འདུག། དོ་རུང་ ལྷ་གསོལ་གྱི་དུས་སྟོན་བརྩི་བའི་སྐབས་ དཔའ་གཟརཔ་ཚུ་ ཧ་ཡངས་ཐང་རྒྱེད་འོག་ལས་འོང་དགོཔ་ཨིནམ་བཤད་དེ་ཡོད་རུང་ དེ་གི་རྒྱབ་ཁུངས་ཚུ་ག་ནི་ཡང་བཀོད་དེ་མིན་འདུག། ཞིབ་འཚོལ་འདི་ནང་ གནད་དོན་ལ་ལུ་ཁ་གསལ་མེད་དེ་འབད་རུང་ བྱ་སྒོའི་རིམ་པ་འདི་ ཨུམ་སྟོད་ཁའི་བོད་སྐོར་དང་ཆ་འདྲ་སུ་ཅིག་ཡོདཔ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་ཡི།

སྤྱིར་བཏང་ཨུམ་སྟོད་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་ གནསཔ་ཚར་གསུམ་གསོལ་སྲོལ་ཡོདཔ་ཨིན། སངས་རྒྱས་བསྟན་འཛིན། (༢༠༢༠ ཤོག་གྲངས་ ༧༥) གྱིས། ཨུམ་སྟོདཔ་ཚུ་གིས་གནསཔོ་འདི་ ལོ་མཆོད་ཀྱི་སྐབས་དང་ ལོགས་སུ་སྐྱ་རྒྱུང་སྦེ་ བསྟོད་པའི་སྒོ་ལས་ གནས་པོའི་དར་བཀལ་ཏེ་གསོལ་སྲོལ་འདུག་ཟེར་ བཀོད་དེ་འདུག། སྤྱིར་བཏང་ གནསཔོ་ཁག་གསུམ་སྦེ་གསོལ་སྲོལ་ཡོད་རུང་ དེ་ནང་བོད་སྐོར་གྱི་སྐབས་ལུ་ གནསཔོ་དེ་ གསོལ་སྲོལ་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྐོར་ལས་བཀོད་དེ་མིན་འདུག།

མཇུག་ར་བོན་གྱི་དུས་སྟོན་ལ་ལུ་ཅིག་ནང་ དེ་གི་རྒྱབ་ཁུངས་དང་བྱ་སྒོའི་རིམ་པ་ཚུ་ ཡུན་བརྟེན་སྦེ་གནས་ཐབས་ལུ་ ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་དེ་ཡོད་རུང་ ཨུམ་སྟོད་ཁའི་བོད་སྐོར་གྱི་སྐོར་ལས་ད་ལྟོ་ཚུན་ཚོད་ ཞིབ་འཚོལ་འབད་དེ་ ཡིག་ཐོག་ལུ་བཀོད་དེ་མེདཔ་ལས་ ལམ་སྲོལ་འདི་གི་སྐོར་ལས་ ཤེས་མི་ཕམ་རྐྱན་ཤོས་དག་པ་ཅིག་ལས་མིན་འདུག། དེ་མ་ཚད་ ན་གཞོན་ཚུ་གིས་དེ་གི་སྐོར་ལས་མ་ཤེས་པར་ ཧེ་མ་ལས་ཡོད་པའི་ལམ་སྲོལ་འདི་ཉམས་ནི་གུར་ལྷོད་དེ་ཡོདཔ་ལས་ རྩོམ་ཤོག་འདི་ནང་ བོད་སྐོར་གྱི་རྒྱབ་ཁུངས་དང་བྱ་སྒོའི་རིམ་པ་ཚུ་དབྱེ་དཔྱད་འབད་དེ་ཡོད་མི་འདི་གིས་ ལམ་སྲོལ་འདི་ཉམས་སྲུང་འབད་དེ་ གོང་འཕེལ་གཏང་ནི་དང་ མ་འོངས་པ་ནང་ན་གཞོན་ཚུ་ལུ་ འབྲུག་པའི་ལམ་སྲོལ་གྱི་ཤེས་ཡོན་སྤྲོད་ནི་ལུ་ལྷན་ཐབས་འབད་ཚུགས།

ཞིབ་འཚོལ་ཐབས་ལམ།

ཞིབ་འཚོལ་འདི་ གཡུས་གོའི་ལས་སྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཅིག་ཡིན་མ་ལས་བརྟེན་ གཡུས་གོའི་ལོ་རྒྱུས་ བསམ་ཚུལ་དང་ བྱ་སྤྱོད་རིམ་ཚུ་དཔྱད་ཞིབ་འབད་དགོཔ་ལས་ འབྲེལ་བཤད་ཅན་གྱི་ཁྱུངས་བཙན་ཐབས་ཤེས་ལག་ལེན་འཐབ་ཅི།

གནས་སྡུད་ཀྱི་དོན་ལུ་ གཡུས་གོ་འདིའི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་བའི་ འབྱུང་རབས། ལོ་རྒྱུས། རྩོམ་འབྲི་དང་ རྣམ་ཐར་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ཡོདཔ་མ་ཚད་ ཁ་རྒྱུན་ལོ་རྒྱུས་དང་བསམ་ཚུལ་གྱི་དོན་ལུ་ དགོས་དོན་ཅན་གྱི་དཔེ་ཚད་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ གཡུས་གོ་གི་བོང་སྐོར་འགོ་འདྲེན་པ། ཚོགས་པ་དང་ རྒན་ཤོས་ལྷ་བཅས་ བོང་སྐོར་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་གྲངས་༧ དང་ ན་གཞོན་གྱི་བསམ་ཚུལ་གྱི་དོན་ལུ་ ན་གཞོན་དགཔ་ཅིག་ དང་གཅིག་ཁར་ རིམ་སྒྲིག་ཆ་ཅམ་གྱི་དྲིས་ལན་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་གནས་ཚུལ་བསྡུ་ལེན་འབད་ཡི། གནས་སྡུད་དབྱེ་དཔྱད་འདི་ ཞིབ་འཚོལ་གྱི་དམིགས་གཏད་གཙོ་བོ་ བོང་སྐོར་ལོ་རྒྱུས་ཡིནམ་ལས་ བོ་རོན་ དང་ཀ་ལག་ (Braun & Clarke, 2006) གཉིས་ཀྱིས་བཤད་པའི་ ནང་དོན་དབྱེ་དཔྱད་ཀྱི་བྱ་རིམ་དྲུག་པོ་དེ་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་ གནས་སྡུད་དབྱེ་དཔྱད་འབད་དེ་ཡོད།

ཞིབ་འཚོལ་གྲོས་བསྡུར།

བོང་སྐོར་གྱི་གོ་དོན།

སྤྱིར་བཏང་ ཨུམ་སྟོད་ཁའི་གཡུས་གོ་ནང་བརྩི་སྲོལ་ཡོད་པའི་ "བོང་སྐོར" ཟེར་མི་ཐ་སྙད་འདི་ "བོན་སྐོར" ཟེར་མི་འདི་ལས་བྱུང་བའི་ཐ་སྙད་ཅིག་ཡིན་མས། དེ་ཡང་ "བོན་སྐོར" ཟེར་མི་འདི་ བོན་པོ་ཚུ་གི་གསོལ་མཆོད་ཀྱི་རིམ་པ་ཅིག་ལུ་སློབ་དཔོན་ཡོད་རུང་ ཕན་བདེ་དབང་ཕྱུག་གིས་ "ཆོས་ལུ་ཆོས་སྐོར་ཟེར་སླབ་དོ་བཟུམ་སྦེ་ བོན་པའི་ཆོས་སྟོན་འདི་ལུ་ཡང་ བོན་སྐོར་ཟེར་སླབ་དགོཔ་ཨིན་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་མི་ཚུ་གིས་ཡོངས་གྲགས་ལུ་ བོང་སྐོར་ཟེར་སླབ་སྲོལ་དར་ཡོདཔ་ཨིན་པས།" (༢༠༡༥) ཟེར་བཀོད་དོ་བཟུམ་སྦེ་ ཏེ་མ་ ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་རིམ་ "ཆོས་སྐོར" ཟེར་སླབ་དོ་བཟུམ་སྦེ་ བོན་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་རིམ་ལུ་ "བོན་སྐོར" ཟེར་སླབ་སྲོལ་ཡོད་རུང་ ཤུལ་ལས་སྒྲ་གདངས་ཉམས་པའི་རྐྱེན་གྱིས་ "བོང་སྐོར"ཟེར་དར་

ཁྱབ་འགྲོ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། དེ་མ་ཚད་ "བོང་སྐོར་" ཟེར་མི་ཚིག་འདི་ལུ་ དམིགས་བསལ་གྱི་གོ་དོན་སོ་སོ་ཅིག་མེད་པའི་ཁར་ གསོལ་མཆོད་འདི་བོན་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་སྒོའི་རིམ་པ་ཅིག་ཡིན་མས།

ཨུམ་སྟོད་ཁའི་བོང་སྐོར་གྱི་འབྱུང་ཁུངས།

བོང་སྐོར་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་ཐད་ཁར་ གཡུས་གོའི་རྒན་ཤོས་མང་ཤོས་ཅིག་གིས་བཤད་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ ལྷ་གསོལ་འདི་དུས་རབས་ ༡༦ པའི་ནང་ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་ཆེ་འབྲུག་ལུ་བྱོན་པའི་སྐབས་ ཞབས་དྲུང་དང་གཅིག་ཁར་ཕྱག་ཞུ་སྟེ་འོང་མི་ ཨུམ་སྟོད་ཁའི་གཡུས་གོ་གི་གནས་བདག་ བྲག་དམར་རྡོ་རྗེ་དགྲ་འཛོམས་ལས་མར་ དར་ཡོད་པའི་ལྷ་གསོལ་གྱི་ལམ་སྲོལ་ཅིག་ཡིནམ་སྦྲེ་བཤདཔ་ཡིན་མས།

ཨིན་རུང་ འཕྲིན་ལས་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་འབད་བ་ཅིན་ སྤྲུ་ན་ཁ་རྫོང་ཁག་དེ་ནང་ བོན་ཆོས་འདི་དུས་རབས་ ༩ པ་དང་༡༠ པ་ནང་ལུ་ འགོ་དང་པ་ཞབས་དྲུང་མཆན་ལྡན་བདེ་བ་བྱོན་ཞིནམ་ལས་ཚུར་ དར་ནུག་ཟེར་ཡིན་མས(༢༠༢༡)། ཕྱོགས་ཅིག་ལས་ དགེ་བཤེས་དགེ་འདུན་རིན་ཆེན་ (༢༠༠༥) གྱིས་ "གླིང་མུ་གཏེར་ཆུ་སོགས་གཏེར་གནས་སོ་སོ་ནས་ཆོས་ནོར་ཟབ་གཏེར་མང་པོ་སྤྱན་དྲངས" ཟེར་བཀོད་ཡོད་དོ་བཟུམ་སྦྲེ་ཀརྨེ་ (Karmay, n.d) གིས་ སྔོན་མ་དུས་རབས་༡༣ པའི་ནང་གཏེར་བཏོན་རྡོ་རྗེ་གླིང་འབྲུག་ལུ་བྱོན་ཞིན་ལས་ ས་གནས་མང་རབ་ཅིག་ནང་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ཡོདཔ་མ་ཚད་ སྤྲུ་ན་རྫོང་ཁག་གླིང་མུ་རྐེད་འོག་ནང་ལུ་ཡང་ ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ཏེ་གཏེར་ཚུ་བཞེས་ཏེ་ བརྒྱུད་པ་དང་ལུགས་སྲོལ་ཚུ་གསར་བཙུགས་འབད་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་བཀོད་དེ་ཡོད་རུང་ ཡིག་ཆ་ནང་བོང་སྐོར་གཞི་བཙུགས་འབད་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་མིན་འདུག།

གནད་དོན་འདི་ཚུ་ལུ་དཔྱད་དེ་བལྟ་བ་ཅིན་ གཡུས་གོ་མི་ཚུ་གི་ཁ་རྒྱུན་ལུ་ བོང་སྐོར་འདི་ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་ཆེ་འབྲུག་ལུ་བྱོན་ཞིནམ་ལས་ཚུར་དར་ཡོད་ཟེར་མི་འདི་ "ཞབས་དྲུང་" ཟེར་བའི་མཚན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ལས་ལྷ་དྲངས་སྟེ་ ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་ཆེ་ཡིན་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཤདཔ་མ་གཏོགས་ དོན་ལུ་ ཞབས་དྲུང་མཆན་ལྡན་བདེ་བ་དང་འཛོལ་ཡོདཔ་ཤེས་ཚུགས་པས།

དེ་ཡང་ སྐྱབས་རྗེ་དགེ་འདུན་རིན་ཆེན་གྱིས་ ཞབས་དྲུང་མཆན་ལྡན་བདེ་བ་ ཨུམ་སྟོད་གཡུས་གོ་གི་ཉེ་

འདབས་ལུ་བྱོན་ཏེ་ གདན་ས་བཅགས་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་གནས་ཚུ་ཡང་མཇལ་ནི་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ཡོདཔ་མ་ཚད་ བོན་གྱི་བསྐང་གསོ་ཚུ་ཡང་དར་ཡོདཔ་སྦྲེ་བཀོད་དེ་ (༢༠༠༩) ཡོད་པའི་ཁར་ གཡུས་མི་གིས་བཤད་ཚུལ་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ གཡུས་ཨུམ་སྟོད་ཁའི་བོང་སྐོར་འདི་ ཏེ་མ་སེམས་ཅན་ཚུ་དམར་བསད་འབད་དེ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དགོ་པའི་ལམ་སྲོལ་ཅིག་སྦྲེ་སྟོད་ཡོདཔ་ལས་ གཏེར་སྟོན་རྡོ་རྗེ་གླིང་པ་དང་བོང་སྐོར་གཉིས་ཀྱི་བར་ནང་འབྲེལ་བ་མེདཔ་ཤེས་ཚུགས་པས།

དེ་མ་ཚད་ གཏེར་ཆེན་རྡོ་རྗེ་གླིང་པའི་ཆོས་སྐོར་ནང་ལུ་ཡང་ ཁོ་གིས་བཞེས་གནང་མི་ གཏེར་འདི་ཚུ་ག་ར་ནང་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསང་སྔགས་རྡོ་རྗེ་ཐེག་པའི་གཏེར་ཆོས་ཨིནམ་སྦྲེ་ (༢༠༢༠) བཀོད་དེ་ཡོདཔ་ལས་གཡུས་གོ་དེ་ནང་ལུ་ དར་ཡོད་པའི་བོན་ཆོས་འདི་ གཏེར་སྟོན་རྡོ་རྗེ་གླིང་པ་ལས་དར་ཡོད་པའི་ལམ་སྲོལ་ཅིག་མེན་པས།

བོང་སྐོར་གྱི་དུས་ཚིགས།

བོན་པའི་གསོལ་མཆོད་བརྩི་སྲུང་གི་དུས་ཚིགས་ཚུ་ མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་མིན་འདུག། ཕོ་མེ་རེད (Pommaret, 2006) གིས་འབད་བ་ཅིན་ བོན་ཆོས་འདི་ཉིན་གྲངས་གསུམ་དེམ་ཅིག་གི་རིང་ལུ་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་དོ་ཡོདཔ་མ་ཚད། བོན་ཆོས་དེ་ཞིང་ལྷ་འབད་ནི་འགོ་བཙུགས་པའི་སྐབས་དང་ ལོ་ཐོག་བསྡུ་ཞིནམ་ལས་གསོལཕ་དོ་ཡོདཔ་དང་། དེ་བཟུམ་སྦྲེ་ གསོལ་མཆོད་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ བླམ་ཆོསཔ་ཚུ་བཅའ་མར་གཏོགས་མ་བཏུབ་པའི་ཁར་ གཡུས་གོ་གཞན་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་ཡང་ དུས་སྟོན་འདི་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་དང་ ལྷདམོ་ཡང་ལྷ་བར་འོང་ནི་མེད་ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག (2006)།

དཔལ་འབྲུག་ཞིབ་འཇུག་ལྟེ་བ་གིས་ དུས་ཡུན་དང་བཅའ་མར་གཏོགས་ཐངས་ཀྱི་སྐོར་ལས་བཤད་དེ་མེད་རུང་ བོན་ཆོས་ དཔེར་ན་མོང་སྒར་ཆ་གླིང་པའི་ཁ་རམ། ཀྲ་ཡངས་ཐང་གི་བོན་སྐོར། སྒོ་ཤིང་གི་མཆོད་པ་ཟེར་ལེ་ཤ་ཡོད་རུང་ དེ་ཚུ་ཟླཕ་བདུན་པ། ཟླཕ་བཅུ་གཅིག་པ། ཟླ་བཅུ་གཉིས་པ། ཟླ་བཞི་པ་དང་གཉིས་པ་ཚུ་ནང་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ཨིནམ་མས་ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག (༢༠༠༩)།

ཨུམ་སྟོད་ཁའི་བོང་སྐོར་འདི་ གཡུས་གོའི་མི་ཚུ་གིས་བཤད་དོ་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ སོ་ནམ་གྱི་ལྷ་འབད་ནི་

འགོ་མ་བཙུགས་པའི་ཉེ་མ་ རང་ཟླ་༢ པའི་ཚེས་བཅོ་༡༥ གི་ ཕྱི་དྲོ་ལས་འགོ་བཙུགས་ཏེ་ཚེས་༡༨ ཚུན་ཉིན་གྲངས་གསུམ་གྱི་རིང་འགོ་འཛིན་འཐབ་ནི་ཡོདཔ་ལས་མ་ཚད་ ལས་རིམ་དེ་ནང་བླམ་ཚོགསཔ་ཚུ་གིས་ཡང་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ནི་ཡོད་པའི་ཁར་ གཡུས་གོ་གཞན་ཁའི་མི་ཚུ་ཡང་ འདི་ནང་ལྷདམོ་ལྷ་བར་འོང་ཏོ་ཡོདཔ་ལས་ བོན་ཆོས་ཀྱི་དུས་ཡུན་ཁྱད་པར་མེད་རུང་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ནིའི་དུས་ཚིགས་དང་བཅའ་མར་གཏོགས་ཞུགས་ལུ་ངེས་པ་མིན་འདུག།

གསོལ་མཆོད་ཀྱི་འགྱུར་བ།

ལྷ་གསོལ་འདི་ གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་ གཙོ་བོ་འཚོ་བ་སོ་ནམ་གྱི་ལཱ་ལུ་བརྟེན་དགོཔ་ལས་ གནམ་སོ་ཁ་ཟླཝ་གཉིས་པའི་ནང་ སོ་ནམ་གྱི་ལཱ་འགོ་མ་བཙུགས་པའི་སྔོན་མར་ ལོ་ཐོག་ལུ་རི་དྭགས་ཀྱི་གནོད་པ་མི་འོང་ནིའི་དོན་ལུ་དང་ལོ་ཐོག་ལེགས་ནི་དོན་ལུ། མི་དང་སེམས་ཅན་ཚུ་ལུ་རྐྱེན་དང་བར་ཆད་མི་འོང་ནི་དོན་ལུ་གནསཔ་རྡོ་རྗེ་དགྲ་འཛོམས་ལུ་གསོལ་ཁ་ཕུལཝ་ཨིན་པས།

གཡུས་ཁའི་ཕམ་རྒན་ཤོས་ཚུ་གིས་ངག་རྒྱུན་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ ལོ་ངོ་༧༠ དེམ་ཅིག་གི་ཉེ་མར་འབད་བ་ཅིན་ ཨུམ་སྟོད་ཁའི་གནས་བདག་བྲག་དམར་རྡོ་རྗེ་དགྲ་འཛོམས་ཀྱི་གནས་ཁང་ནང་ལུ་སྦེ་ གསོལ་ཁ་ཕུལ་བའི་སྐབས་ ཚོགས་ཤ་འདི་ཨིན་ཅིག་མིན་ཅིག་ གླང་གཅིག་བསད་དེ་ཕུལ་དགོཔ་སྦེ་ཨིན་པས། ཨིན་རུང་ད་རེས་ནངས་པར་འབད་བ་ཅིན་ གླང་གསད་མ་དགོ་པར་ གླང་ཅུང་ལེགས་ཤོས་གཅིག་གནས་ཁང་གི་གདོང་ཁ་ འཁྱིད་ཞིནམ་ལས་གླང་ཅུང་གི་མགུ་ཏོག་ཁར་ཀྲུ་བླུགས་ ལྕག་ཀོ་གུར་དར་བཏགས་སྦེ་ གནས་ཁང་གི་རྩ་བར་ཤིང་ཅིག་གུར་བཏགས་བཞགཔ་ཨིན་ཟེར་ཨིན་མས།

དེ་བཟུམ་སྦེ་ ཉེ་མ་འབད་བ་ཅིན་དཔའ་བོ་དེ་གིས་ ཁྲིམ་གྲུང་པ་ག་ར་བཤལ་ཏེ་མོ་བཏབ་ནི་ཡོདཔ་ཨིན་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་ གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་ག་ར་གཅིག་ཁར་འཛོམས་ཏེ་དམངས་མོ་བཏབ་དོ་ཡོདཔ་དང་ གསོལ་ཁ་ཕུལ་མིའི་ཐད་ལུ་འབད་རུང་ ཉེ་མ་འབད་བ་ཅིན་གསོལ་ཁ་ཕུལ་མི་ དཔའ་བོ་དང་རྣལ་འབྱོརམ་མང་རབས་ཅིག་གཡུས་ཁ་ལུ་ཡོདཔ་ལས་ བོང་སྐོར་འགོ་འཛིན་འཐབ་ནི་འཇམ་རུང་ ད་རེས་ནངས་པའི་དུས་ལུ་ དཔའ་བོ་དང་རྣལ་འབྱོརམ་གཞན་ཁ་ལས་ འཚོལ་དགོཔ་ལས་གདོང་ལེན་འབྱུང་དོ་ཡོདཔ་དང་།

ལྷ་གསོལ་འདི་གི་སྐབས་ལུ་ཡང་ ཧེ་མ་འབད་བ་ཅིན་ མི་ག་ར་གིས་དེ་ན་ལུ་གྱོན་ཆས་ལེགས་ཤོམ་གྱོན་ཏེ་ ལྷདམོ་ལྷ་བར་འོངམ་ཨིན་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་འབད་བ་ཅིན་ དེ་སྦེ་སྦྲོ་བ་བསྐྱེད་ནི་མེདཔ་མ་ཚད་ གྱོན་ཆས་ཚུ་ཡང་དོནམ་དང་ཁེན་ཇ་གྱོན་ཏེ་འོངམ་དེ་ཡོདཔ་སྦེ་ཨིན་མས (ངོ་རྒྱུང་རྒྱུན་འབྲེལ་ ༡༥/༡༢/༢༠༢༣)།

གནད་དོན་དེ་ཚུ་ལུ་བལྟ་བ་ཅིན་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ནིའི་གི་དུས་ཚིགས་དང་དུས་ཡུན་ལུ་འགྱུར་བ་ཐེབས་ཏེ་མེད་རུང་ དུས་ཀྱི་འགྱུར་བ་དང་བསྟུན་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཐངས་དང་བཅའ་མར་གཏོགས་ཞུགས་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཚུ་འགྱུར་བ་འགྱོ་སྟེ་འདུག།

བོང་སྐོར་གྱི་བྱ་སྒོའི་རིམ་པ།

ཨུམ་སྟོད་ཁའི་བོང་སྐོར་འདི་ ཟླཔ་གཉིས་པའི་ཚེས་༡༥ གི་ ཕྱི་རུ་ལས་ཚེས་༡༤ ཚུན་འགོ་འདྲེན་འཐབ་བཞིན་དུ་ཡོད་པའི་ གཡུས་གོའི་མི་དམངས་ཡོངས་ཀྱི་གསོལ་མཆོད་ཀྱི་རིམ་པ་ཅིན་ཨིན་མས། དེ་ཡང་ ལྷ་གསོལ་གྱི་སྐབས་གཡུས་ཁའི་མི་ག་ར་བཅའ་མར་གཏོགས་པའི་ཁར་ དམིགས་བསལ་སྦེ་ ལོ་བསྟར་བཞིན་དུ་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་མི་རྩ་བོ་བཞི་རེ་བཏོན་ཏེ་ གཡུས་ཁའི་ཚོགས་པ་དང་སྤྱི་དཔོན་གྱི་འགོ་འདྲེན་འཐབ་དོ་ཡོདཔ་དང་ བཅའ་སྒྲིག་ཚུ་ག་ར་ ཚེས་༡༥ ལས་འགོ་བཙུགསསརྩ་བོ་ཚུ་གིས་རྐྱབ་ཨིན་པས(ངོ་རྒྱུང་རྒྱུན་འབྲེལ་ ༡༢/༡༢/༢༠༢༣)།

དེ་ཡང་ཚེས་༡༥ གི་ཉིནམ་ལས་ དཔའ་བོ་དང་ཚོསམ་གཉིས་ཆ་ར་གཏོརམ་བཞེངས་དང་ ཕྱི་རུ་ཁམས་ཅིག་ལས་གཡུས་ཁའི་མི་དག་པ་ཅིག་ གཡུས་ཀྱི་ལྟག་ལུ་ཡོད་པའི་ གནས་ཁང་གི་རྩ་བར་སོང་ཞིནམ་ལས་ གནས་བདག་བྲག་དམར་རྡོ་རྗེ་དགྲ་འཇོམས་ལུ་ གསོལ་བ་བཏབ་སྟེ་གཡུས་ཁའི་ལྷ་ཁང་ནང་ཞུ་ཞིནམ་ལས་ ལོ་གཅིག་གི་རིང་རྐྱེན་དང་བར་ཆད་ག་ནི་ཡང་འབྱུང་མ་བཅུག་ཟེར་བའི་ སྨོན་ལམ་གྱིས་ཐོག་ལས་འགོ་བཙུགསཔ་ཨིན་པས།

དེ་ལས་ ཚེས་༡༨ གི་དྲོ་པ་ལས་ ཚོསཔ་ཚུ་གིས་ལྷ་ཁང་ནང་ ཚོ་ག་གཏང་ནི་འགོ་བཙུགསཔ་མ་ཚད་ དཔའ་བོ་ཡང་ལྷ་ཁང་གི་ཐང་ནང་དཔའ་བོ་རྐྱབ་ཨིན་པས། དཔའ་བོ་དེ་ཡང་ དྲོ་པ་ཚར་གཅིག་དང་ཉི་མ་ལྟོ

ཟ་སྡེ་ཚར་གཅིག་རྒྱབ་དོ་ཡོདཔ་དང་ དེ་ལས་ "དར་ག་གང" ཟེར་གནམ་སྲོ་ཁམས་ཅིག་ལས་དཔའ་བོ་དེ་ཕྱོགས་བཞི་ག་ར་ལུ་བསྐོར་ཏེ་ཚིག་དང་གདངས་དབྱངས་འཐེན་ཏེ་རྒྱབ་ཨིན་པས།

དེ་ལས་ ཚེས་༡༧ གྱི་དྲོ་པ་ལུ་ གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་ལྷ་ཁང་གི་ཐང་ནང་ལུ་ དཔའ་བོ་སྐོར་ར་རྒྱབ་སྡེ་སྤྲུངས་སྟོད་དེ་ དཔའ་བོ་གིས" དམངས་མོ" ཟེར་ དམངས་ཀྱི་མོ་བཏབ་ གཡུས་ཁ་ལུ་བར་ཆད་དང་བཟློག་ཐབས་འབད་དགོཔ་ག་ཅི་ར་འདུག་ག་ རིམ་པ་བཞིན་དུ་བཤད་པ་རྒྱབཔ་ཨིན་མས། འདིའི་སྐབས་ཚེསཔ་ཚུ་ ཕོ་ལྷ་གི་གནས་ཁང་རྩ་བར་ཚོ་ག་གཏང་པར་འགྱོ་དོ་ཡོདཔ་དང་ ཚེསཔ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ གུང་པ་རེ་ལས་ཕོ་སྐྱེས་རེ་རེ་ཐོན་ཏེ་ གླང་ཅུང་གཅིག་འཁྲིད་དེ་ གནས་ཁང་རྩ་བར་འགྱོ་ཞིནམ་ལས་ དེ་ནང་ལུ་སྟོན་མ་འབད་བ་ཅིན་ གསོལ་ཁ་ཕུལ་བའི་སྐབས་ ཕོ་ལྷ་བྲག་དམར་རྡོ་རྗེ་དགྲ་འཛོམས་ལུ་ ཚོགས་ཤ་དེ་ཨིན་ཅིག་མིན་ཅིག་ གླང་གཅིག་བསད་དེ་ཕུལ་དགོཔ་ཨིན་རུང་ད་རེས་ནངས་པ་འབད་བ་ཅིན་ གླང་གསད་མ་དགོ་པར་ གླང་ཅུང་ལེགས་ཤོས་གཅིག་གནས་ཁང་གི་གདོང་ཁར་ འཁྲིད་ཞིནམ་ལས་གླང་ཅུང་གི་མགུ་ཏོ་ཁར་ཆུ་བླུགས་ ལྷག་ཀོ་གུ་ལས་མར་དར་བཏགས་སྟེ་ གནས་ཁང་གི་རྩ་བར་ཤིང་ཅིག་གུར་བཏགས་བཞགཔ་ཨིན་པས། མ་གཞི་ ད་རེས་གླང་བསད་མ་དགོ་རུང་ ཚོགས་ཤ་དེ་ཁྲོམ་ཁར་ལས་གླང་གི་མཁལ་རྡོག། དོན་ཧིང་། མཆིན་པ་ལ་སོགས་པ་ག་ར་ཚངམ་སྦྲེ་ཉོ་སྟེ་ ཕུལ་དགོཔ་ཨིན་མས། དེ་གིས་ ཕྱིར་བཏང་བོན་ལུ་བོན་དཀར་དང་བོན་ནག་ཟེར་གཉིས་ཡོད་མི་ནང་ལས་ ཨུམ་སྟོད་ཁའི་བོང་སྐོར་འདི་སེམས་ཅན་དམར་བསད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོདཔ་ལས་ འདི་བོན་ནག་གི་ལམ་སྲོལ་ཅིག་ཨིནམ་ཤེས་ཚུགས་པས།

ཕོ་མེ་རེད (Pommaret) གིས་འབད་བ་ཅིན་ བོན་ཆོས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་གཅིག་ བླམ་ཚེསཔ་གིས་ བཅའ་མར་གཏོགས་མི་བཏུབ་ཟེར་ཨིན་མས (2006)། དེ་བཟུམ་སྦྲེ་རང་ ས་གནས་གཞན་ཁར་འགོ་འདྲེན་འཐབ་སྲོལ་ཡོད་པའི་ ལྷ་གསོལ་ཚུ་ནང་ཡང་བླམ་ཚེསཔ་གིས་མེན་པ་ ཕ་ཇོ་དང་དཔའ་བོ་དེ་ལས་མི་གནགཔ་ཚུ་གིས་ འབདཔ་ཨིན་པས། ཨིན་རུང་ཨུམ་སྟོད་ཁའི་ བོང་སྐོར་ནང་ཚེསཔ་ཚུ་གིས་ཡང་ བཅའ་མར་གཏོགས་པའི་ཁར་ ཚེསཔ་ཚུ་གིས་གཏང་མི་ཚོ་ག་འདི་ཡང་ ནང་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་ཚོ་ག་བཏང་དོ་

ཡོད་པ་ཨིནམ་མས། དེ་གིས་ ཨུམ་སྟོད་ཁའི་བོད་སྐོར་འདི་ ནང་ཆོས་དང་བོན་གཉིས་ཆ་ར་ སླ་བསྲེ་སྟེ་ ཡོད་པ་ཨིནམ་ཧ་གོ་ཚུགས་པས།

དེ་ལས་ཚེས་༡༧ གྱི་ཕྱི་རུ་ "བྱང་དམན་དང་གེ་སར" ཟེར་བའི་ལས་རིམ་སྒྲོ་བ་ཆེ་ཏོག་ཏོ་ཅིག་འགོ་འཛིན་འཐབ་ཨིན་པས། འདི་ཡང་ ཕོ་སྐྱེས་གཉིས་ཀྱིས་ གོ་གནགཔོ་གྱོན་ ལགཔ་གུར་གྱི་ཅུང་རེ་བཤེད། བྱང་དམན་ཟེར་ ཕོ་སྐྱེས་བཞི་དཀྱི་ར་དཀྱིས་ རགས་ཙུ་བཀབ་ དེ་ལས་ཕོ་སྐྱེས་གཅིག་གིས་ བྲུང་འཚོ་བཟོཔ་ཨིན་མས། འདི་ནང་ལུ་ བྱང་དམན་གྱིས་ གེ་སར་ལུ་མདའ་རྒྱབ་ད་ བྲུང་འཚོ་འོང་སྟེ་མདའ་བཏོན་ཞིནམ་ལས་ སྨན་བཅོས་འབདཨིནམ་དང་ དོ་རུང་གེ་སར་གྱིས་ བྱང་དམན་ལུ་མདའ་རྒྱབ་ད་ བྲུང་འཚོ་གིས་ སྨོན་བཅོས་འབད་དེ་ བྱང་དམན་དང་གེ་སར་གྱི་བར་ན་འཐབ་འཛིན་འབདཔ་ཨིན་མས།

འདི་གི་རྒྱུ་མཚན་ གཡུས་མི་ཚུ་གིས་འབད་བ་ཅིན་ གེ་སར་ཟེར་མི་འདི་གླིང་གེ་སར་ཨིན་པའི་ཁར་ བྱང་དམན་ཟེར་མི་འདི་ གླིང་གེ་སར་གྱི་དགྲ་བྱང་ཧོར་ཨིནམ་ལས་ ཁོང་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་དམག་རྒྱབ་པའི་ཚུལ་ ཨིན་ཟེར་བཤདཔ་མས། དེ་ལུ་བལྟ་བ་ཅིན་ བོད་སྐོར་འདི་དང་གླིང་གེ་སར་གྱི་བར་ནང་ཡང་ འབྲེལ་བ་ཡོདཔ་ཤེས་ཚུགས་པས། གླིང་མ་ཆེན་འོག་ནང་ལུ་ ཡོངས་གྲགས་ཡོད་པའི་གཏམ་རྒྱུས་བཤད་ཚུལ་དང་ འཁྲིལ་བ་ཅིན་ དང་ཕུ་གླིང་མ་ཁ་དེ་ གླིང་གེ་སར་གི་གླིང་ཀ་སྟོད་ཁ་ཟེར་ གླིང་གེ་སར་བཞུགས་སའི་ ཡུལ་ཨིནམ་སྲེ་བཤདཔ་མ་ཚད་ ད་ལྟོའི་བར་ན་ཡང་གླིང་གེ་སར་གྱི་གནས་ཨིན་ཟེར་ རྡོ་ཤོག་བྲ་གསལ་ རིལ་རི་སྲི་ མཇལ་ཚུགས་པས། དེ་མ་ཚད་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གནས་དགོན་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཆགས་རབས་གནས་ཟེར་མི་དཔེ་དེབ་ནང་ལུ་ གནས་འདི་ཚུ་གླིང་གེ་སར་ཡང་ན་ཆོས་རྗེ་འབྲུག་པ་ཀུན་ལེགས་ཀྱི་ ཨིན་མས་ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག། བོད་སྐོར་འདི་བཟུམ་ གླིང་མ་ཁ་ལུ་ཡང་གསོལ་སྲོལ་ཡོདཔ་ལས་ འདི་ལུ་བལྟ་བ་ཅིན་ ཨུམ་སྟོད་ཁའི་གཡུས་དང་གླིང་མ་ཁ་གཉིས་སྒྲོ་ལོགས་ཁར་ཡོདཔ་ལས་ བོད་སྐོར་འདི་གླིང་གེ་སར་དང་འབྲེལ་བ་ཡོདཔ་བཟུམ་ཅིག་འབད་ཡང་མཐོངམ་མས། ཨིན་རུང་འབྲེལ་བ་ཡོད་མེད་ཀྱི་ ཡིག་ཆ་དང་བདེན་ཁུངས་ག་ནི་ཡང་བཀལ་ནི་མེདཔ་ལས་ མ་འོངས་པ་ཞིབ་འཚོལ་འབད་དགོ་པའི་གནད་དོན་ཅིག་ཨིན་མས།

དེ་ལས་ ཆོས་༡༨ ཀྱི་དྲུ་པ་ སྨན་མོ་གསོལ་ནི་འདུག། སྨིན་མོ་འདི་ཡང་ དཔའ་བོ་དེ་གི་གཟུགས་ཁར་ མོའི་གྱོན་ཆས་གྱོན་ཏེ་གསོལ་ནི་འདུག། དེ་གི་ཁུངས་ཡང་ ཡུལ་བདག་སྨན་མོ་ལུ་ གསོལ་ཁ་ཕུལཝ་ཨིན་ཟེར་བཤདཔ་མས། ཨིན་རུང་ སྨན་མོ་གི་ངོས་འཛིན་ཁ་གསལ་མིན་འདུག། སངས་རྒྱས་བསྟན་འཛིན་གྱིས་ ཞུམ་སྟོད་ཁའི་གནས་བདག་ བྲག་དམར་རྡོ་རྗེ་དགྲ་འཛོམས་རྒྱངམ་ཅིག་བཀོད་ཡོདཔ་མ་གཏོགས་ སྨན་མོ་ཡོད་པའི་སྐོར་དང་གསོལ་མཆོད་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་མིན་འདུག། ཁོ་གིས་ཞིབ་འཚོལ་འབད་མི་ནང་ གཡུས་ཁའི་གནསཔོ་འདི་ ལོ་མཆོད་ཀྱི་སྐབས་དང་ལོགས་སུ་སྐུ་རྒྱང་སྦེ་ བསྟོད་པའི་སྒོ་ལས་ གནསཔོ་གི་དར་བཀལ་ཏེ་གཏང་སྲོལ་འདུག་ཟེར་བཀོད་ནུག (༢༠༢༠)། མདོར་བསྡུ་བ་ཅིན་ ཞུམ་སྟོད་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་ གོང་ལུ་བཀོད་མི་གཉིསཔ་དེ་གུར་ བོང་སྐོར་གྱི་སྐབས་གསོལ་མི་འདི་བརྩིཝ་ད་ ལོ་ལྟར་བཞིན་དུ་གནསཔོ་ ཁག་གསུམ་སྦེ་གསོལཝ་ཨིན་པས།

དེ་ལས་ཆོས་༡༨ ཀྱི་ཕྱི་རུ་ "གྲོགས་ལུས་གསོལ" ཟེར་ཁྱིམ་གྲུང་པ་རེ་ལས་ ཕོ་སྐྱེས་རེ་རེ་ཤིང་གི་བཟོ་བའི་དཔའ་རྟགས་རེ་འབག་སྟེ་ ལྷ་ཁང་གི་ཐང་ནང་ མེ་འཕུ་ཡོད་མི་སྐོར་ར་རྒྱབ། དེ་ལས་ ཕྱྭ་དང་ཧུ་རྒྱབ་སྟེ་ ཉིནམ་གསུམ་གྱི་བོང་སྐོར་འདི་མཇུག་བསྡུཝ་ཨིན་པས། དེའི་ནངས་པ་དྲུ་པ་ཆོས་༡༩ གི་ཚེ་ དཔའ་བོ་དང་ ཚོསཔ་ཚུ་ག་ར་ རང་སོའི་ཕྱོགས་ལུ་ འགྱོཝ་ཨིན་མས། དེ་ནང་ གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་ལྷོ་མཛར་བཅིང་ཏེ་བཀལཝ་མ་ཚད་ ལོག་ཕྱིད་པའི་སྨོན་ལམ་བཏབ་སྟེ་ ཁ་བྲལཝ་ཨིན་པས།

བོང་སྐོར་དང་འབྲེལ་བའི་ཕན་གནོད།

གཡུས་གོའི་མི་ཚུ་ལུ་ བོང་སྐོར་དང་འབྲེལ་ཕན་པ་དང་གནོད་པ་ཚུ་ཡང་ཡོད་པའི་ ཡིད་ཆེས་བསྐྱེདཔ་ཨིན་མས། ལྷ་གསོལ་འདི་ལོ་བསྟར་བཞིན་དུ་གསོལ་བ་ཅིན་ གཡུས་ཁ་ལུ་ནད་ཡམས་མུ་གེ་དང་ རྐྱེན་ངན་ཚབས་ཆེན་ཚུ་བཀག་ཚུགསཔ་མ་ཚད་ ཆར་ཆུ་དུས་སུ་འབབ་ནི་དང་ལོ་ཐོག་ལེགས་ཏེ་ ཞི་བདེ་འཕེལ་ནི་ལུ་ཕན་པ་ཡོདཔ་ཨིན་པས། གསོལ་ཁ་ལེགས་ཤོམ་འབད་སྨོན་ལམ་བཏབ་སྟེ་ཕུལ་བ་ཅིན་ གནས་བདག་བྲག་དམར་རྡོ་རྗེ་དགྲ་འཛོམས་ཀྱིས་མི་ཚུ་ལུ་ གནས་སྟངས་ག་ཅི་བཟུམ་ནང་འབད་རུང་ གྲོགས་རམ་འབདཔ་ཨིན་ཟེར་བའི་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེདཔ་ཨིན་མས། གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་ བཤད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ནང་

སྔོན་མ་གླིང་སྨུ་རྒྱེད་འོག་ནང་ སེར་ཕྱ་གནམ་མེད་ས་མེད་རྒྱབ་སྐྱེ་ བླ་ཚུ་མེད་པ་གཏང་བའི་སྐབས་ཨུམ་སྟོད་ཁ་ལུ་ སེར་ཕྱ་མ་རྒྱབ་པར་ཡ་མཚན་ཅན་ཅིག་སྤྲེ་སྟོད་པའི་ཁར་ གཡུས་ཁའི་ཕོ་སྐྱེས་ཚུ་གཡུས་གོ་གཞན་དང་མཉམ་མདའ་རྩེད་འགྲན་བསྡུར་འབད་བའི་སྐབས་ལོ་ངོ་[༡༢] ཚུན་རྒྱུན་མ་ཆད་པར་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་ཡོད་མི་དེ་ཡང་ གནསཔོ་ལུ་གསོལ་ཁ་ལེགས་ཤོམ་ཕུལ་བའི་འབྲས་བུ་ཨིན་ཟེར་ ད་ལྟོའི་བར་ན་གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེདཔ་ཨིན་པས།

ལྷ་གསོལ་འདི་མ་གསོལ་བ་ཅིན་ མི་དང་སེམས་ཅན་ཚུ་ལུ་ གནོད་པ་འབྱུངམ་མ་ཚད་ཞིང་ནང་གི་ ལོ་ཐོག་ཚུ་ཡང་རི་དྭགས་སེམས་ཅན་དང་ སེརཕྱ་ཚུ་གིས་མེདཔ་གཏང་ནིའི་ ཉེན་ཁ་སྲོམ་ཡོདཔ་མ་ཚད་དངོས་སུ་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་བཤད་ནི་འདུག། སྐྱེས་ལོ་[༥༢] ལངས་མི་ཨཔ་ཚེ་རིང་དཔལ་འབྱོར་གྱིས་ བཤད་མི་ནང་ སྔོན་མ་ལོ་ངོ་[༣༢] དེམ་ཅིག་གི་ཧེ་མར་ བོང་སྐོར་འདི་མ་གསོལ་བ་ལོ་ཐེངས་གཅིག་མཚམས་འཇོག་འབད་བཞག་པའི་སྐབས་མི་ལུ་གནོད་པ་དང་ ལོ་ཐོག་ལུ་གནོད་པ་རྒྱབ་ཅི་ཟེར་སླབ་ཨིན་པས། དེ་བསྒང་ཁོ་ཨུམ་སྟོད་ཁ་གི་ ཚོགས་པ་སྤྲེ་སྟོད་ཡོདཔ་དང་ ཚར་ཅིག་གཡུས་ཁའི་རྒཔོ་དཀའ་དོ་དང་སྤྱི་དཔོན་འཛམ་པ་ ཁོང་གསུམ་རྫོང་ཁག་ནང་ལཱ་ཅིག་ཐོན་ཏེ་ སྣུམ་འཁོར་ནང་འཛུལ་ཏེ་འགྱོཝ་ད་ ལམ་གྱི་བར་ན་ལྟོདཔ་ད་སྣུམ་འཁོར་ཐུག་རྐྱེན་བྱུང་པའི་སྐབས་རྒཔོ་དཀའ་དོ་དང་སྤྱི་དཔོན་འཛམ་པ་གཉིས་ཆ་ར་ཁ་ཐུམ་མར་བསད་རུང་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱིས་ཐུགས་རྗེ་ལས་ལས་ ཁོ་ར་ཤི་བའི་སྲོག་ལུ་མ་ཐུག་ཟེར་བའི་ལོ་རྒྱུས་བཤདཔ་ཨིན་པས(ངོ་རྒྱང་རྒྱུན་འབྲེལ་ ༡༢/༡༢/༢༠༢༣)།

གནས་སྡུད་གྲུབ་འབྲས།

ཨུམ་སྟོད་ཁ་ལུ་ ལོ་བསྟར་གསོལ་ནི་ཡོད་པའི་ “བོང་སྐོར” ཟེར་མི་འདི་ སྔོན་མ་ “བོན་སྐོར” ཟེར་སླབ་ཨིན་རུང་ ཤུལ་ལས་རྗོད་སྒྲ་ཉམས་ཏེ་ བོང་སྐོར་ཟེར་དར་ཁྱབ་བྱུང་ནུག། ཨུམ་སྟོད་ཁའི་བོང་སྐོར་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་འདི་གི་སྐོར་ལས་ ཁུངས་ཐུབ་ཀྱི་ཡིག་ཆ་དང་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་མེདཔ་ལས་ ཁ་གསལ་ཅིག་མེད་རུང་ དགེ་བཤེས་དགེ་འདུན་རིན་ཆེན་གྱིས་ གཡུས་གོ་དེ་ནང་ལུ་ ཞབས་དྲུང་མཚན་ལྡན་བདེ་བ་ཟེར་མི་བྱོན་ཞིནམ་ལས་ཚུར་ བོན་གྱི་བསྐངས་ཚུ་དར་ནུག་ཟེར་གསུངས་མི་འདི་ (༢༠༠༥) དང་ བོང་སྐོར་འདི་

ཧེ་མ་འབབ་བ་ཅིན་ སེམས་ཅན་དམར་བསད་འབད་དེ་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་སྲོལ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་ འབྲེལ་བ་ཅིན་ བོན་པོའི་བླ་མ་ ཞབས་དྲུང་མཚན་ལྡན་བདེ་བ་དང་འབྲེལ་ཡོདཔ་བཟུམ་ཅི་ཡོད་རུང་ ཞབས་དྲུང་མཚན་ལྡན་བདེ་བ་གིས་ བོན་དཀར་དང་བོན་ནག་ག་ཅི་ལག་ལེན་འཐབཔ་ཨིན་ན་དབྱེ་དཔྱད་འབད་དགོ་པའི་གཞི་ཅིག་ཨིན་མས།

བོང་སྐོར་འདི་ གཡུས་སྒོ་དེ་ནང་ལུ་ རང་ཟླ་༢ པའི་ཚེས་༡༥ ལས་ཚེས་༡༨ ཚུན་ གཡུས་གོ་ནང་ལུ་རྐྱེན་ངན་མི་འོང་ནི་དང་ ལོ་ཕྱུགས་རྟག་ཏུ་ལེགས་ནི་དོན་ལུ་ ལོ་ཨ་རྟག་རང་གསོལ་ནི་འདུག། སྤྱིར་བཏང་བོན་དཀར་གནག་གཉིས་ཡོད་པའི་ནང་ལས་ ཨུམ་སྟོད་ཁའི་བོང་སྐོར་འདི་ ཧེ་མ་འབབ་བ་ཅིན་ སེམས་ཅན་དམར་གསད་འབད་དེ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དགོཔ་ལས་བརྟེན་ བོན་ནག་དང་འབྲེལ་བ་འདུག།

ཨིན་རུང་ད་རེས་ནངས་པ་འབབ་བ་ཅིན་ དངོས་སུ་སེམས་ཅན་དམར་བསད་འབད་ནི་མེདཔ་ལས་ བོན་དཀར་ལུ་གྱུར་ཡོདཔ་མ་ཚད་ ཉིནམ་དེ་སྐར་ ཚོ་གུ་ཚུ་ཡང་ནང་པའི་ལུགས་ལྟར་ གནང་དོ་ཡོདཔ་ལས་ བོན་དང་ནང་ཆོས་འདྲེས་མ་ལུ་གྱུར་ཏེ་ཡོདཔ་སྤྲི་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་ཡོདཔ་མ་ཚད་ གསོལ་མཆོད་དང་ལྷ་གསོལ་གཉིས་ལས་ གཡུས་གོ་དེ་ནང་གི་གནས་བདག་བྲག་དམར་རྡོ་རྗེ་དགྲ་འཇོམས་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལཔ་ཨིནམ་ལས་གསོལ་མཆོད་ཨིན་མས།

གསོལ་མཆོད་ཀྱི་བྱ་རིམ་དང་དུས་ཚོད་ལུ་ ཁྱད་པར་དང་འགྱུར་བ་ཚུ་མེད་རུང་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ཐངས་དང་བཅའ་མར་གཏོགས་ཐངས་ཀྱི་གནས་སྟངས་ཚུ་ དུས་ཀྱི་འགྱུར་བ་དང་མཐུན་འགྱུར་བ་སོང་སྟེ་ཡོདཔ་ལས་ མི་ཉམས་རྒྱུན་སྐྱོང་འབད་ནི་ལུ་ཚ་གྲུང་ལངས་དགོ་པའི་གཞི་ཅིག་ཡང་ཨིན་མས།

མཇུག་བསྡུ་དང་གྲུབ་སྟོན།

བོང་སྐོར་ཟེར་ ཨུམ་སྟོད་ཁ་ལུ་ཡོད་པའི་ལྷ་གསོལ་འདི་སྔོན་དང་ཕུ་ལས་དར་ཡོད་པའི་ ལམ་སྲོལ་ཅིག་ཨིན་པས། སྲོལ་འདི་གཙོ་བོ་ར་ གཡུས་ཁ་ལུ་མི་དང་སྒོ་ནོར་སེམས་ཅན་ཚུ་ལུ་རྐྱེན་ངན་མི་འོང་ནི་དོན་ལུ་ དང་ ཆར་ཆུ་དུས་སུ་འབབ་ནི་དང་ལོ་ཕྱུགས་རྟག་ཏུ་ལེགས་ནི་དོན་ལུ་ ལོ་བསྟར་བཞིན་དུ་རང་ཟླ་༢ པའི་

ནང་ཉིན་གྲངས་གསུམ་གྱི་རིང་ལུ་ འགོ་འདྲེན་འཐབ་སྒྲོལ་ཡོད་པའི་ལམ་སྒྲོལ་བཟང་པོ་ཅིག་ཨིན་མས།

བོང་སྐོར་འདི་གི་ ཁུངས་དང་དགོས་པ་བཤད་མི་ གཡུས་ཁ་ལུ་མི་དག་པ་ཅིག་ལས་མེད་པའི་ཁར་ ཁོང་ཆ་ཁྱབ་ཀྱིས་ཡང་ གསལ་ཏོག་ཏོ་ཅིག་སྦྲི་བཤད་ནི་མིན་འདུག། ད་རེས་ནངས་པ་དུས་ཀྱི་འགྱུར་བ་དང་བསྟུན་ མཐུན་རྐྱེན་ཚུ་ཡར་དྲག་མི་ལུ་བརྟེན་ གཡུས་གོའི་སྦྱར་སྒྲོལ་གྱི་ལམ་སྒྲོལ་ལུ་བརྩི་མཐོང་ཧེ་མ་བཟུམ་མེདཔ་མ་ཚད་ ན་གཞོན་ཚུ་གིས་ལྷ་སྒྲོལ་མིང་ཙམ་ཅིག་ཤེསཔ་མ་གཏོགས་ བརྩི་མཐོང་དང་དག་སྣང་སྦྲོམ་ཅིག་མིན་འདུག། དེ་འབདཔ་ལས་ ལམ་སྒྲོལ་ཚུ་ ཡུན་བརྟན་གནས་ཐབས་ལུ་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ལྷན་ཁག་དང་གཙུག་སྡེ་ཚུ་གིས་ ལམ་སྒྲོལ་ཚུ་མི་ཉམས་རྒྱུན་སྐྱོང་དང་ ཉམས་པ་སོར་ཆུད་ཀྱི་དོན་ལུ་ སྲིད་བྱུས་དང་ལམ་སྟོན་གྱི་བྱ་རིམ་ཚུ་ འཕྲལ་དུ་སྒྲིག་དགོཔ་གལ་ཅན་ཅིག་ཨིན་མས།

ཨུམ་སྟོད་ཁའི་བོང་སྐོར་གྱི་ཞིབ་འཚོལ་འདི་གིས་ གནད་དོན་འདི་འབྲེལ་བའི་ཞིབ་འཚོལ་འབད་མི་ཚུ་ལུ་ གནས་ཚུལ་རྒྱབ་སྐོན་དང་ འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་པ་དང་སྲིད་བྱུས་ལམ་སྟོན་པ་ཚུ་ལུ་ རྒྱབ་ཁུངས་ཅིག་སྦྲི་ཕན་ཐོགས་པའི་ཡིད་ཆེས་ཡོད།

རྒྱབ་རྟེན་དཔེ་དེབ།

དཀོན་མཆོག་བསྟན་པའི་སྒྲོན་མེ། (༢༠༡༤) *ཚུ་ཤིང་གི་བསྟན་བཅོས། རིག་གཞུང་སློབ་དེབ། སློབ་རིམ་དགུ་པ།*

སྐྱབས་རྗེ་དགེ་འདུན་རིན་ཆེན། (༢༠༠༩) *ལྷོ་འབྲུག་ཆོས་འབྱུང་། ཀ་ཨེམ་ཏི།* ཐིམ་ཕུ།

ངག་དབང་རྒྱ་མཚོ། (༢༠༡༣)*ཞིབ་འཚོལ་དུས་དེབ། འབྲུག་ཀུན་གསལ་རང་སྐྱོང་ལས་འཛིན།* ཐིམ་ཕུ། འབྱུང་རབས་དང་ལམ་སྲོལ་ལྟེ་བ།

གཏེར་ཆེན་རྡོ་རྗེ་གླིང་པའི་ཆོས་ཚོགས། (༢༠༢༠) *གཏེར་ཆེན་རྡོ་རྗེ་གླིང་པའི་ཆོས་ཚོགས།* https://tdlassociation.bt/dz/about/

ཕན་བདེ་དབང་ཕྱུག། (༢༠༡༥) *ཧཱ་རྫོང་ཁག་ནང་ལུ་ཡོད་པའི་བོང་སྐོར་ (བོན་སྐོར་) ལྷ་སྲོལ།* འབྲུག་གི་དངོས་ མེད་ལམ་སྲོལ། འབྲུག སྤ་རོ། འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་འགྲེམ་སྟོན་ཁང་།

ཕན་བདེ་དགེ་ལེགས་དབང་ཕྱུག། (༢༠༡༨) *གནས་ཡིག་ཀུན་ཕན་ལམ་ལམ་སྟོན།* འབྲུག ཐིམ་ཕུག། ཅ་རྙིང་འཛིན་སྐྱོང་སྡེ་ཚན། སྲོལ་འཛིན་ལས་ཁུངས།

འཕྲིན་ལས་རྒྱལ་མཚན། (༢༠༢༡) *འབྲུག་ལུ་བོན་ཆོས་ཐོག་མར་ཤར་ཕྱོགས་ཁ་ཐུག་ལུ་དར་ཡོད་པའི་རྒྱབ་ཁུངས།* འབྲུག་གི་ལམ་སྲོལ་འཐོན་རིམ་གཉིས་པ། ནང་ཆོས་ཞིབ་འཚོལ་ལྟེ་བ། རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།

སངས་རྒྱས་བསྟན་འཛིན། (༢༠༢༠) *སྤུ་ན་ཁ་དང་མགར་ས་རྫོང་ཁག་གི་གནས་བདག་གཞི་བདག།* འབྲུག་གི་དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ། འབྲུག སྤ་རོ། འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་འགྲེམ་སྟོན་ཁང་།

Braun, V., & Clarke, V. (2008, July 21). *Using thematic analysis in psychology. Qualitative research in psychology.* 3(2).

Choden, T. (2004). Ha: *The Bon festival of Gortshom village.Wayo Wayo.* Centre for Bhutan Studies.

chophel, s. (2018). Bonkor festival of Haa Yangthang. *Bhutan Cultural Library*, 1-4.

Gardner,A. (2009). *Dorji Lingpa.* The Treasury of Lives. Retrived April 4,2024,From https://treasuryoflives.org/bo/biographies/view/Dorje-Lingpa/8750

Karmay, G. S. (n.d). *Dorje Lingpa and His Rediscovery of the "Gold Needle" in Bhutan* Retrieved from https://www.bhutanstudies.org.bt/publicationFiles/JBS/JBS_Vol2No2/JBSVOL2NO2.pdf

Penjore, D. (2004). *Wamling Khraphu: A vibrant Ancient Festival. Wayo, way voices from the past.*

Pommaret, F. (2014). *Bon in Bhutan. What is in the name? In Kumagai Seiji.*

Pommaret, F. (2006). *Bon and Chos. Local community rituals in Bhutan.* In Antonio Terrone (ed.) https://www.researchgate.net/publication/258110388_Qualitative_Data_Analysis_Techniques.

Sage, Braun, V., & Clarke, V. (2006). *Using thematic analysis in psychology. Qualitative Research in Psychology, 3(2). 77-101.*

Warren, K. (2020). *Qualitative Data Analysis Methods 101: The “Big 6” Methods + Examples.* Retrieved form. https://gradcoach.com/qualitative-data-analysis-methods.

ཞིབ་འཚོལ་པའི་ངོ་སྤྲོད།

ངོ་མིང་ **ཚེ་རིང་ཚོས་སྐྱིད་**འདི་ སྤུ་ན་ཁ་རྫོང་ཁག་ གླིང་མུ་ཁ་རྒེད་འོག་གི་ཆ་འོག་ གཡུས་ཨོམ་སྟོད་ཁ་ལས་ཨིན། མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་ཆུང་བ་འདི་ ཐིམ་ཕུ་ ཕང་བར་མ་སློབ་གྲྭ་ལྟེ་བ་ལས་ སློབ་རིམ་བཅུ་གཉིས་པ་ཐར་འཕྱོལ་ཞིནམ་ལས་ ད་ལྟོ་འབྲུག་རྒྱལ་འཛིན་གཙུག་ལག་སློབ་སྡེའི་མངའ་འོག་ སྟག་རྩེ་རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་ནང་ སྦྱོང་ཚན་ སྐད་ཡིག་དང་རྩོམ་རིག་ ལོ་ངོ་གཉིས་པའི་ སློབ་ཕྲུག་སྦེ་སློབ་སྦྱོང་འབད་བཞིན་དུ་ཡོདཔ་ཨིན།