ཨུམ་སྟོད་ཁའི་བོང་སྐོར་ལུ་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་ཁུངས་དང་དགོས་པ་ བྱ་སྒོའི་རིམ་པ་ཚུ་མ་ཤེསཔ་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་རྩུ་དང་ འབྲེལ་བ་འཐབ་སྟེ་དྲི་བ་དྲིས་ལན་དང་ ཡིག་ཆ་རྩ་དཔྱེ་དཔྱད་འབད་ཐོག་ལས་ བསྡུ་ལེན་འབད་ཡོད་པའི་གནད་དོན་ཚུ་ དཔྱེ་ཞིབ་འབད་བའི་སྐབས་ བོང་སྐོར་འདི་ ལོ་ཨ་ཧྲག་ར་ 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་ བསྐྱེ་བསྐྱུང་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་ཅན་ཞིནམ་ལས་དར་ཡོདཔ་ཨིན་པའི་ཁུངས་དང་ བོན་དང་ནང་ཆོས་འདྲེས་མ་ལུ་གྱུར་ཡོད་པའི་ཁུངས་རྩུ་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་རྩུ་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།

ཏེ་མ་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་མ་དར་བའི་སྐབས་ འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལུངས་ཕྱོགས་མང་ཤོས་ཅིག་ནང་བོན་གྱི་བསྟན་པར་དར་ཏེ་སྡོད་ནུག། ཨིན་རུང་ ལུང་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་ ལུང་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་༣ པའི་ཚེས་༡༥ གི་ཕྱི་རུ་ལས་ཚེས་༡༨ ཚུན་ 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་ གསོལཝ་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་བགྲལ་བར་མི་ནུས་དེ། །རྒྱ་མཚོ་རྒྱལ་གྱིས་ག་ལ་ཚོད། །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་ལུ་དམིགས་ཏེ་ ཁུངས་བཙན་ཐབས་ཤེས་ལག་ལེན་འཐབ་སྟེ་བྲིས་ཡོད། དེ་ཡང་ བོང་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་བྱ་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་མུ་ཁ་རྒྱེད་འོག་ གཡུས་ཨུམ་སྟོད་ཁ་ལུ་ཡང་ བོང་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།

བོང་སྐོར་འདི་ གཏེར་བཏོན་རྡོ་རྗེ་གླིང་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་མེད་སྐོར།

གཡས་མི་ལ་ལུ་ཅིག་བོང་སྐོར་འདི་ གཏེར་བཏོན་རྡོ་རྗེ་གླིང་པ་གིས་སྲོལ་གཏོད་གནང་ཡོདཔ་སྦེ་བཤད་ནི་འདུག། སྤྱིར་བཏང་ གཏེར་བཏོན་རྡོ་རྗེ་གླིང་པ་འདི་ གཏེར་བཏོན་རྒྱལ་པོ་ལྔའི་ཡ་གྱལ་ཨིནམ་སྦེ་རྩིཔ་ཨིན་རུང་ ཞིབ་འཚོལ་རྩོམ་ཤོག་དང་རྣམ་ཐར་ནང་ བོན་གྱི་གཏེར་བཏོན་པ་ཡང་ཨིནམ་སྦེ་བཤད་ནི་འདུག། དེ་ཡང་ ཀརྨེ་ (Karmay, 2020) ཀྱིས་འབད་བ་ཅིན་ གཏེར་བཏོན་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་ཨིནམ་ལས། 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་མུ་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་ གཱ་ཌར་གྱིས་ཡང་ བོན་གྱི་གཏེར་བཏོན་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་རྣམ།

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་མཆོམ་ལུ་བརྩི་སྲོལ་ཡོད་པའི་ "ཧླ" 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་རེཏ་ (Pommaret, 2006) གིས་འབད་བ་ཅིན་ བོན་ཆོས་འདི་མང་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་ ཞིང་ལཱ་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་བཏུབ་ཟེར་ཨིན་མས། ཨིན་རུང་ ཨུམ་སྟོད་ཁའི་བོང་སྐོར་འདི་ ཞིང་ལཱ་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་ རྣ་རྫོང་ཁག་གཡུས་ཡངས་ཐང་ལུ་ བོན་ཆོས་སམ་
བོང་སྐོར་ཟེར་བའི་དུས་སྟོན་འདི་ སྔོན་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་ རྣ་ཡངས་ཐང་ལུ་
ཡོད་པའི་བོན་ཆོས་འདི་ ཁྲུང་བདུད་ཀྱི་ལྷ་གསོལ་ཨིན་ཟེར་བཀོད་དེ་ཡོདཔ་མ་ཚད་ རྣ་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་ ཤུམ་སྟོད་ཁའི་
བོང་སྐོར་འདི་ ག་ཅི་སྦེ་བརྩི་བསྲུང་ཞུཔ་ཨིན་ན་ དེ་གི་རྒྱུ་ཁུངས་ཚུ་ཁ་གསལ་སྦེ་མི་ཤེས་པས།

དོ་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་ སྔོན་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་རྣ་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་སྒྲོའི་རིམ་པ་
ལུ་ལྟ་བ་ཅིན་ ཤུམ་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་བསྐོམས་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་ བལྷ་དགོཔ་ཁག་ཆེཔ་སྦེ་མཐོང་ཡི།

ཕན་བདེ་དགེ་ལེགས་དབང་ཕྱུག་ (༢༠༡༦ ཤོག་ ༡༩༩- ༢༠༩) གིས་ རྣ་རྫོང་ཁག་སྤྱིས་རྒེད་འོག་ནང་ལོ་ཨ་རྟག་ར་གསོལ་སྲོལ་ཡོད་པའི་ ཕྱུང་བདུད་ཀྱི་ལྷ་གསོལ་འདི་ དགྲ་ལྷ་ཕྱུང་བདུད་ལུ་ཕུལཔ་ཨིནམ་ལས་ ཕྱུང་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། དེ་ནང་ ལྷ་གསོལ་གྱི་དུས་སྟོན་བརྩི་བའི་སྐབས་ དཔའ་གཟའརཔ་ཚུ་ རྣ་ཡངས་ཐང་རྒེད་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་སྐུ་རྐྱང་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་རྒན་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་ལམ་སྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཅིག་ཨིནམ་ལས་བརྟེན་ གཡུས་གོའི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་བའི་བསམ་ཚུལ་དང་ བྱ་སྒོའི་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་ཚུ་གི་བསམ་ཚུལ་གྱི་དོན་ལུ་ ན་གཞོན་དག་པ་ཅིག་དང་གཅིག་ཁར་ རིམ་སྒྲིག་ཆ་ཙམ་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་ཨིནམ་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་ཨིན་མས། དེ་ཡང་ "བོན་སྐོར" ཟེར་མི་འདི་ བོན་པོ་ཚུ་གི་གསོལ་མཆོད་ཀྱི་རིམ་པ་ཅིག་ལུ་སློབ་དོ་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་ ཧེ་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་དང་

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་དོན་བཟུམ་འབད་བ་ཅིན་ ལྷ་གསོལ་འདི་དུས་རབས་༡༨ པའི་ནང་ཞབས་དྲུང་རིན་པོ་ཆེ་འབྲུག་ལུ་བྱོན་པའི་སྐབས་ ཞབས་དྲུང་དང་གཅིག་ཁར་ཕྱག་ཞུ་སྐྱེ་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།

ཡིན་རུང་ འཕྲིན་ལས་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་འབད་བ་ཅིན་ སྤུ་ན་ཁ་རྫོང་ཁག་དེ་ནང་ བོན་ཆོས་འདི་དུས་རབས་༨ པ་དང་༡༠ པ་ནང་ལུ་ འགོ་དང་པ་ཞབས་དྲུང་མཚན་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་ སྤུ་ན་རྫོང་ཁག་གླིང་མུ་རྒེད་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་མཚན་ལྡན་བདེ་བ་དང་འཛོལ་ཡོདཔ་ཤེས་ཚུགས་པས།

དེ་ཡང་ སྐྱབས་རྗེ་དགེ་འདུན་རིན་ཆེན་གྱིས་ ཞབས་དྲུང་མཚན་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་སྦེ་བཀོད་དེ་ (༢༠༠༩) ཡོད་པའི་ཁར་ གཡུས་མི་གིས་བཤད་ཚུལ་དང་འཁྲིལ་བ་ཅིན་ གཡུས་ཨུམ་སྟོད་ཁའི་བོན་སྐོར་འདི་ ཏེ་མ་སེམས་ཅན་ཚུ་དམར་བསད་འབད་དེ་གསོལ་མཆོད་ཕུལ་དགོ་པའི་ལམ་སྲོལ་ཅིག་སྦེ་སྟོད་ཡོདཔ་ལས་ གཏེར་སྟོན་རྡོ་རྗེ་གླིང་པ་དང་བོན་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་སྦེ་ (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་ལཱ་འབད་ནི་འགོ་བཙུགས་པའི་སྐབས་དང་ ལོ་ཐོག་བསྡུ་ཞིནམ་ལས་གསོལཕ་དོ་ཡོདཔ་དང་། དེ་བཟུམ་སྦེ་ 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་ ལྟདམོ་ཡང་ལྟ་བར་འོང་ནི་མེད་ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག།

དཔལ་འབྲུག་ཞིབ་འཇུག་ལྟེ་བ་ (༢༠༠༩) 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། ཏཱ་ཡངས་ཐང་གི་བོན་སྐོར། སྒོ་ཤིང་གི་མཆོད་པ་ཟེར་ལེ་ཤ་ཡོད་རུང་ དེ་ཚུ་ཟླཝ་བདུན་པ། ཟླཝ་བཅུ་གཅིག་པ། ཟླ་བཅུ་གཉིས་པ། ཟླ་བཞི་པ་དང་གཉིས་པ་ཚུ་ནང་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ཨིན་མས་ཟེར་བཀོད་དེ་འདུག།

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

འགོ་མ་བཙུགས་པའི་ཧེ་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་ལྟདམོ་ལྟ་བར་འོང་དོ་ཡོདཔ་ལས་ བོན་ཆོས་ཀྱི་དུས་ཡུན་ཁྱད་པར་མེད་རུང་ གསོལ་མཆོད་ཕུལ་ནིའི་དུས་ཚིགས་དང་བཅའ་མར་གཏོགས་ཞུགས་ལུ་ངེསཔ་མིན་འདུག།

གསོལ་མཆོད་ཀྱི་འགྱུར་བ།

ལྷ་གསོལ་འདི་ གཡུས་ཁའི་མི་ཚུ་ གཙོ་བོ་འཚོ་བ་སོ་ནམ་གྱི་ལྷ་ལུ་བརྟེན་དགོཔ་ལས་ གནམ་སོ་ཁ་ཟླཔ་གཉིས་པའི་ནང་ སོ་ནམ་གྱི་ལྷ་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་འཇོམས་ལུ་གསོལ་ཁ་ཕུལཝ་ཨིན་པས།

གཡུས་ཁའི་ཕམ་རྒན་ཤོས་ཚུ་གིས་ངག་རྒྱུན་དང་འབྲེལ་བ་ཅིན་ ལོ་ངོ་༨༠ དེམ་ཅིག་གི་ཧེ་མར་འབད་བ་ཅིན་ ཨུམ་སྟོད་ཁའི་གནས་བདག་བྲག་དམར་རྡོ་རྗེ་དགྲ་འཇོམས་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་ འཁྲིད་ཞིནམ་ལས་གླང་ཅུང་གི་མགུ་ཏོག་ཁར་རྒྱ་ཐྲུགས་ ལྕག་ཀོ་གུར་དར་བཏགས་སྦེ་ གནས་ཁང་གི་རྩ་བར་ཤིང་ཅིག་གུར་བཏགས་བཞགཔ་ཨིན་ཟེར་ཨིན་མས།

དེ་བཟུམ་སྦེ་ ཧེ་མ་འབད་བ་ཅིན་དཔའ་བོ་དེ་གིས་ ཁྱིམ་གུང་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་ ཧེ་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་ ཏེ་མ་འབད་བ་ཅིན་ མི་ག་ར་གིས་དེ་ན་ལུ་གྲོན་ཆས་ལེགས་ཤོམ་གྲོན་ཏེ་ ལྷདམོ་ལྷ་བར་འོངམ་ཨིན་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་འབད་བ་ཅིན་ དེ་སྲེ་སྲོ་བ་བསྐྱེད་ནི་མེདཔ་མ་ཚད་ གྲོན་ཆས་ཚུ་ཡང་དོརམ་དང་ཁེན་ཧ་གྲོན་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་ ཟླཕ་གཉིས་པའི་ཚེས་༡༥ གི་ ཕྱི་རུ་ལས་ཚེས་༡༨ 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་ཟ་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་བཙུགསསཟ་བོ་ཚུ་གིས་རྐྱབ་ཨིན་པས(ངོ་རྒྱུང་རྒྱུན་འབྲེལ་ ༡༢/༡༢/༢༠༢༣)།

དེ་ཡང་ཚེས་༡༥ གི་ཉིནམ་ལས་ དཔའ་བོ་དང་ཚོསཔ་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་ཟ་བར་སོང་ཞིནམ་ལས་ གནས་བདག་བྲག་དམར་རྡོ་རྗེ་དགྲ་འཛོམས་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་༡༦ 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་སྐྱེ་ཚར་གཅིག་རྒྱབ་དོ་ཡོདཔ་དང་ དེ་ལས་ "དར་ག་གང" ཟེར་གནམ་སྒྲོ་ཁམས་ཅིག་ལས་དཔའ་བོ་དེ་ཕྱོགས་བཞི་ག་ར་ལུ་བསྐོར་ཏེ་ཐིག་དང་གདངས་དབྱངས་འཛེན་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་སྐྱེ་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་ཚོསཔ་ཚུ་ ཕོ་ལྷ་གི་གནས་ཁང་རྩ་བར་ཚོ་ག་གཏང་པར་འགྱོ་དོ་ཡོདཔ་དང་ ཚོསཔ་ཚུ་དང་གཅིག་ཁར་ གུང་པ་རེ་ལས་ཕོ་སྐྱེས་རེ་རེ་ཐོན་ཏེ་ གླང་ཅུང་གཅིག་འཁྱིད་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་འདོམས་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་ འཁྱིད་ཞིནམ་ལས་གླང་ཅུང་གི་མགུ་ཏོ་ཁར་ཆུ་བླུགས་ ལྷག་ཀོ་གུ་ལས་མར་དར་བཏགས་སྦེ་ 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་ཏིང་། མཆིན་པ་ལ་སོགས་པ་ག་ར་ཚངམ་སྦེ་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་ཚོས་ཀྱི་ཁྱད་ཚོས་གཅིག་ བླམ་ཚོསཔ་གིས་ བཅའ་མར་གཏོགས་མི་བཏུབ་ཟེར་ཨིན་མས (2006)། དེ་བཟུམ་སྦེ་རང་ ས་གནས་གཞན་ཁར་འགོ་འདྲེན་འཐབ་སྲོལ་ཡོད་པའི་ ལྷ་གསོལ་ཚུ་ནང་ཡང་བླམ་ཚོསཔ་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་ཚོསཔ་ཚུ་གིས་ཡང་ བཅའ་མར་གཏོགས་པའི་ཁར་ ཚོསཔ་ཚུ་གིས་གཏང་མི་ཚོ་ག་འདི་ཡང་ ནང་ཚོས་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་ཆེས་༡༧ ཀྱི་ཕྱི་རུ་ "བྱང་དམན་དང་གེ་སར" ཟེར་བའི་ལས་རིམ་སྒྲུབ་ཆེ་ཏོག་ཏོ་ཅིག་འགོ་འདྲེན་འཐབ་ཨིན་པས། འདི་ཡང་ ཕོ་སྐྱེས་གཉིས་ཀྱིས་ གོ་གནག་པོ་གྱོན་ ལགཔ་གུར་གྱི་ཅུང་རེ་བཞེད། བྱང་དམན་ཟེར་ ཕོ་སྐྱེས་བཞི་དཀྱི་ར་དཀྱིས་ རགས་ཅུ་བཀབ་ དེ་ལས་ཕོ་སྐྱེས་གཅིག་གིས་ དྲུང་འཚོ་བཟོཔ་ཨིན་མས། འདི་ནང་ལུ་ བྱང་དམན་གྱིས་ གེ་སར་ལུ་མདའ་རྒྱབ་ད་ དྲུང་འཚོ་འོང་སྟེ་མདའ་བཏོན་ཞིནམ་ལས་ སྨན་བཅོས་འབདཨིནམ་དང་ དོ་རུང་གེ་སར་གྱིས་ བྱང་དམན་ལུ་མདའ་རྒྱབ་ད་ དྲུང་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་ཕྱུད་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་རྒྱུད་འོག་ནང་ལུ་ ཡོངས་གྲགས་ཡོད་པའི་གཏམ་རྒྱུས་བཤད་ཚུལ་དང་འཁ◌ྲ◌ིལ་བ་ཅིན་ དང་ཕུ་གླིང་མ་ཁ་དེ་ གླིང་གེ་སར་གི་གླིང་ཀ་སྟོད་ཁ་ཟེར་ གླིང་གེ་སར་བཞུགས་སའི་ཡུལ་ཨིནམ་སྲ◌ེ་བཤདཔ་མ་ཚད་ ད་ལྟོའི་བར་ན་ཡང་གླིང་གེ་སར་གྱི་གནས་ཨིན་ཟེར་ རྡོ་ཤོག་ཁྲ་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་སྤྲོ་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་ ཚེས་༡༨ ཀྱི་དྲོ་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་ཨུམ་སྟོད་ཁའི་གནས་བདག་ བྲག་དམར་རྡོ་རྗེ་དགྲ་འཛོམས་རྐྱངམ་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་རྐྱང་སྦྲེ་ བསྟོད་པའི་སྒྲོ་ལས་ གནསཔོ་གི་ངར་བཀལ་ཏེ་གཏང་སྲོལ་འདུག་ཟེར་བཀོད་ནུག (༢༠༢༠)། མདོར་བསྡུ་བ་ཅིན་ ཨུམ་སྟོད་ཁའི་མི་ཚུ་གིས་གོང་ལུ་བཀོད་མི་གཉིསཔ་དེ་གུར་ བོང་སྐོར་གྱི་སྐབས་གསོལ་མི་འདི་བརྗེཔ་ད་ ལོ་ལྟར་བཞིན་དུ་གནསཔོ་ཁག་གསུམ་སྦྲེ་གསོལཝ་ཨིན་པས།

དེ་ལས་ཚེས་༡༨ ཀྱི་ཕྱི་རུ་ "གྲོགས་ལུས་གསོལ" ཟེར་ཁྱིམ་གུང་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་ ཕྱུ་དང་ཏུ་རྒྱབ་སྟེ་ཉིནམ་གསུམ་གྱི་བོང་སྐོར་འདི་མཇུག་བསྡུཝ་ཨིན་པས། དེའི་ནངས་པ་དྲོ་པ་ཚེས་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་ཕྱད་པའི་སྨོན་ལམ་བཏབ་སྟེ་ ཁ་བྱོལཝ་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་སྐངས་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་རྐེད་འོག་ནང་ སེར་ཕྲ་གནམ་མེད་ས་མེད་རྒྱབ་སྐྱེ་ བླ་རྩ་མེད་པ་གཏང་བའི་སྐབས་ཨུམ་སྟོད་ཁ་ལུ་ སེར་ཕྲ་མ་རྒྱབ་པར་ཡ་མཚན་ཅན་ཅིག་སྒྲེ་སྟོད་པའི་ཁར་ གཡུས་ཁའི་ཕོ་སྐྱེས་རྩ་གཡུས་གོ་གཞན་དང་མཉམ་མདའ་རྩེད་འགྲན་བསྡུར་འབད་བའི་སྐབས་ལོ་ངོ་༡༣ རྩུན་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་རྩ་གིས་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེདཔ་ཨིན་པས།

ལྷ་གསོལ་འདི་མ་གསོལ་བ་ཅིན་ མི་དང་སེམས་ཅན་རྩ་ལུ་ གནོད་པ་འབྱུངམ་མ་ཚད་ཞིང་ནང་གི་ ལོ་ཐོག་རྩ་ཡང་རི་དྭགས་སེམས་ཅན་དང་ སེར་ཕྲ་རྩ་གིས་མེདཔ་གཏང་ནིའི་ ཉེན་ཁ་སྒྲོམ་ཡོདཔ་མ་ཚད་དངོས་སུ་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་གཡུས་ཁའི་མི་རྩ་གིས་བཤད་ནི་འདུག། སྐྱེས་ལོ་༥༨ 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་འཛོག་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་སྒྲེ་སྟོད་ཡོདཔ་དང་ ཚར་ཅིག་གཡུས་ཁའི་རྐཔོ་དཀའ་དོ་དང་སྤྱི་དཔོན་འཛམ་པ་ གོང་གསུམ་རྫོང་ཁག་ནང་ལཱ་ཅིག་ཐོན་ཏེ་ སྨུམ་འཁོར་ནང་འཛུལ་ཏེ་འགྱོཝ་ད་ ལམ་གྱི་བར་ན་ལྷོདཔ་ད་སྨུམ་འཁོར་ཐུག་རྐྱེན་བྱུང་པའི་སྐབས་རྐཔོ་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་ ༡༣/༡༣/༢༠༢༣)།

གནས་སྟོད་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་རྩ་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་རྩ་དར་ནུག་ཟེར་གསུངས་མི་འདི་ (༢༠༠༥) དང་ བོང་སྐོར་འདི་

ཧེ་མ་འབད་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་ཧག་ཏུ་ལེགས་ནི་དོན་ལུ་ ལོ་ཨ་ཧག་རང་གསོལ་ནི་འདུག། སྤྱིར་བཏང་བོན་དཀར་གནག་གཉིས་ཡོད་པའི་ནང་ལས་ ཨུམ་སྟོད་ཁའི་བོང་སྐོར་འདི་ ཧེ་མ་འབད་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་འབད་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་སྦྲེ་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་འཛོམས་ལུ་གསོལ་མཆོད་ཕུལཝ་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་གྲང་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་སྟོན་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་ཧག་ཏུ་ལེགས་ནི་དོན་ལུ་ ལོ་བསྟར་བཞིན་དུ་རང་ཟླ་༢ པའི་

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

བོང་སྐོར་འདི་གི་ ཁྲུངས་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་སྦྲེ་བཤད་ནི་མིན་འདུག། ད་རེས་ནངས་པ་དུས་ཀྱི་འགྱུར་བ་དང་བསྟུན་ མཐུན་རྐྱེན་ཚུ་ཡར་དྲག་མི་ལུ་བརྟེན་ གཡུས་གོའི་སྔར་སྲོལ་གྱི་ལམ་སྲོལ་ལུ་བརྩི་མཐོང་ཏེ་མ་བཟུམ་མེདཔ་མ་ཚད་ ན་གཞོན་ཚུ་གིས་ལྷ་སྲོལ་མིང་ཙམ་ཅིག་ཤེསཔ་མ་གཏོགས་ བརྩི་མཐོང་དང་དག་སྣང་སྒོམ་ཅིག་མིན་འདུག། དེ་འབདཕ་ལས་ ལམ་སྲོལ་ཚུ་ ཡུན་བརྟན་གནས་ཐབས་ལུ་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ལྷན་ཁག་དང་གཙུག་སྡེ་ཚུ་གིས་ ལམ་སྲོལ་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་སྣོན་དང་ འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་པ་དང་སྲིད་བྱུས་ལམ་སྟོན་པ་ཚུ་ལུ་ རྒྱབ་ཁྲུངས་ཅིག་སྦྲི་ཕན་ཐོགས་པའི་ཡིད་ཆེས་ཡོད།

རྒྱབ་རྟེན་དཔེ་དེབ།

དཀོན་མཆོག་བསྟན་པའི་སྒྲོན་མེ། (༢༠༡༥) *ཆུ་ཤིང་གི་བསྟན་བཙོས། རིག་གཞུང་སློབ་དེབ། སློབ་རིབ་དགུ་པ།*

སྐྱབས་རྗེ་དགེ་འདུན་རིན་ཆེན། (༢༠༠༩) *ལྷོ་འབྲུག་ཆོས་འབྱུང་།* ཀེ་ཨེམ་ཊི། 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་ཚོས་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་འབོན་རིམ་གཉིས་པ། ནང་ཆོས་ཞིབ་འཚོལ་ལྟེ་བ། རིག་གཞུང་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ།
སངས་རྒྱས་བསྟན་འཛིན། (༢༠༢༠) *སྤུ་ན་ཁ་དང་མཁར་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་སྨུ་ཁ་རྒེད་འོག་གི་ཆ་འོག་ གཡུས་ཨོམ་སྟོད་ཁ་ལས་ཡིན། མཐོ་རིམ་སློབ་གྲ་ཆུང་བ་འདི་ ཐིམ་ཕུ་ ཕང་བར་མ་སློབ་གྲ་ལྷེ་བ་ལས་ སློབ་རིམ་བཅུ་གཉིས་པ་ཐར་འཁྱོལ་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་ཡིན།