

འདས་པའི་མི་མོ་༡༠ རིང་ལ་ལྷུ་མ་ཁམ་ལ་རྟ་སེན་(Kamla Bha-
 sin) གྱི་ས་འཛམ་གླིང་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱི་བཟའ་བཙའ་དང་མོ་
 ར་མ་ཚན་བ་(FAO)ཡི་དབུལ་ཐར་ལས་དོན་ཉེ་(FFHC) ། འཛམ་གླིང་གྲང་
 འདིར་བྱུང་མེད་གཙོས་མེད་ལྷག་གི་དཀའ་ཁག་སེལ་ཐབས་། ། རྩོག་ལྷག་
 ལས་གནང་བར་མ་ཟད། ། ཁོ་མོ་ནི་མོ་མོ་དབྱེ་འབྱེད་ཀྱི་གོ་རྟོགས་སླེལ་ཐབས་
 ཀྱི་ཟབ་སློང་སློང་མཁན་མ་ལུས་གྲགས་ཅན་ཞིག་ཡིན། ། ལྷ་རྩེས་སུ་མོས་
 དབལ་འགྱོར་ཡར་རྒྱས་གོང་འཕེལ་རྒྱུ་གནས་ཡོང་ཐབས། ། བྱུང་མེད་ཀྱི་
 ཁེ་ཐོབ། ། དེ་འབྲེལ་གྱི་ཟབ་སློང་ཁག་ནང་མི་མང་མཉམ་ཞུགས་ཡོང་ཐབས་
 དང་དེའི་དགོས་པ་རྒྱ་མཚན་སྟོར་གྱི་ཚུམ་ཡིག་གང་མང་གིས་པར་མ་ཟད།
 མོས་ད་དུང་དཀའ་རྙོག་འདི་དག་དང་འབྲེལ་བའི་གཞས་ཚིག་གྲུང་མང་མོ་
 བརྩམས་ཡོད།

ཕོ་དབང་རིང་ལུགས་ནི་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནམ།

རྩོམ་པ་མོ་ཁམ་ལ་རྟ་སེན།

ཕོ་མོ་དབྱེ་འབྱེད་ཀྱི། གཞི་ཅ།

མི་དབང་དེར་ལྷན་སྐྱོད་ཀྱི་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནམ།

དཔེ་དེབ་འདི་ཐོག་མར་རྒྱ་ལྷོ་རིས་དཔར་རྒྱན་བྱས་པ་ཡིན།

ཚོམ་པ་ལོ། ཁམ་ལ་རྩེ་མོན།

ཕྱི་ལོ་༢༠༡༧ མོར་འདི་ག་ཉེ་གནས་ཁང་ནས་རྒྱ་ལྷོ་རིས་དཔར་རྒྱན་བྱས།

जागोरी
JAGORI



འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་འགོ་བརྒྱུད་ཀྱི་འཕྲིན་ལུགས་ཁང་།
TIBETAN CENTRE FOR HUMAN RIGHTS AND DEMOCRACY

ང་ཚོ་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་ལོ་ངོ་དུ་མའི་རིང་ལ་བྱུང་མེད་ཀྱི་གནས་བབ་ཡང་རྒྱས་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ། ལས་འཚར་དང་ལས་འགྲུལ་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་ཞུགས་པ་དང་། བརྒྱད་རིམ་དེའི་ཁྲོད་དུ་བྱུང་མེད་ཀྱི་གནས་བབ་ཡང་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུར་ལམ་ལུགས་གང་ཞིག་གིས་བྱུང་མེད་ཀྱི་ཀླུ་མ་དམན་སར་བཟུང་བའམ་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་བ་རྟོགས་དགོས་པའི་ངེས་ཤེས་རྙེད་ཡོད་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་ལམ་ལུགས་རང་བཞིན་གྱི་ཁྲོད་ནས་བྱུང་མེད་ཀྱི་གནས་བབ་ཡང་རྒྱས་གཏོང་བའི་འཚེང་རྒྱ་དེ་ལྟོས་དགོས་པ་རེད། ལོ་ངོ་མང་པོའི་རིང་ལ་ངས་ག་ལེ་ག་ལེར་བཅན་དབང་འོག་གི་བྱུང་མེད་ཀྱི་ཀླུ་མ་ལ་བརྟུན་ནས་ཡོང་བ་ཡིན་ལ། ལམ་ལུགས་རང་བཞིན་ཞིག་གི་ངོ་ཤོད་ཐོག་ནས་མར་ལྷ་དུས་ང་ལ་གཞི་ནས་ངེས་ཤེས་གང་འཚམས་ཤིག་ཐོབ་སོང་།

དེ་ནི་པོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བའི་ལམ་ལུགས་རང་བཞིན་དེ་རེད། དང་ཐོག་ང་རང་ཤེས་ཡོན་དང་ལྡན་པའི་ཐོག་ནས་ལམ་ལུགས་ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་ལ་ལྷ་བའི་སྤྱོད་བརྗེར་གང་ཡང་མེད་པས། ལྷ་བ་དེའམ་བཀའ་དོ་དེ་ཉ་ཅང་སྤྱི་བའི་ཐོག་ནས་གང་མཚོགས་ཤེས་རྟོགས་བྱེད་རྒྱ་ལོ་ལས་སྤྱོད་པོ་ཞིག་གཏན་ནས་མ་རེད། འོན་ཀྱང་ག་ལེ་ག་ལེར་གནས་སྤངས་དེ་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་མཁན་གྱི་ཕྱོགས་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཁ་བརྗེ་ལ་ཉན་པ་དང་། ག་ས་གང་ནས་གནད་དོན་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཡིག་ཆ་གང་མང་བསྐྲུན་པ་བརྒྱད་ནས། གནད་དོན་དེ་ལྟོས་ལ་དུ་གྱུར་སོང་། ཁོ་མོས་ལོ་ངོ་ཁ་ཤས་ཕྱིན་ལ་སྤྱི་ཚོགས་ཞིབ་འཇུག་ལྟེ་གནས་ཁང་གི་སྤྱི་ཞབས་ཨམ་རེ་ཏེ་(Amrita Chhachhi)དང་མཉམ་དུ་རྩེ་ལ་རྩེ་ཞི་ལུལ་དུ་བྱུང་མེད་དང་ཡང་རྒྱས་སྐྱོར་ནས་ལྷ་གཅིག་རིང་གི་ཟབ་སྤྱོད་ཞིག་གི་སྤྱི་བ་བྱས་པ་བརྒྱད་དེ་རང་ཉིད་ལ་ངེས་ཤེས་གང་འཚམས་ཤིག་བསྐྱེད་བྱུང་། ཟབ་སྤྱོད་སྤྱོད་མཁན་ཁོང་ནི་ཆེད་མཁས་པ་ཞིག་རེད། ཟབ་སྤྱོད་དེས་ང་རང་གཅིག་ཕུ་ཅམ་མེན་སར་མི་མང་པོ་ཞིག་ལ་གནད་དོན་མང་པོ་དང་ལྷ་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་ཁ་གསལ་ཆགས་སོང་།

ཕྱི་ལོ་༡༩༤༦ ལོ་ནས་བཟུང་ངས་པོ་དབང་རིང་ལུགས་སྐོར་ལ་བྲིས་བའི་གོ་སྐྱོད་བའི་རྩོམ་ཡིག་གི་ཕྱི་ལོ་འཚོལ་བ་སྤྱི་བྱེད་འགོ་བཙུགས་པ་ཡིན་ལ། དེ་འབྲེལ་ཞིག་རྙེད་པ་ཡིན་ན་ངས་པོ་པོ་གཉིས་ཀྱི་ལས་འགྲུལ་བ་རྣམས་ལ་རྒྱུད་སྤྱོད་བྱེད་དགོས་བསམ་པ་ཡིན། ངས་བསྐྲུན་སྤྱོད་པའི་རྩོམ་ཡིག་མང་པོ་ཞིག་གཅིག་ནས་གོ་དོན་རྟོགས་དཀའ་བའམ་ཡང་ན་ལུལ་ལུང་གྱི་བྲག་གི་སྐྱད་དུ་བྲིས་པ་རྒྱུད་ལུང་ཡིན་པ་དང་། བརྗེད་བྱེད་སྤྱད་ལ་རང་གི་ཤེས་ཚད་ཀྱིས། འོ་ལ་ཚོད་ཀྱི་མང་གཞིའི་ཐོག་ནས་བྲིས་པ་ཤ་སྟག་རེད་འདུག་རྒྱ་རྒྱུན་དེའི་དབང་གིས། ངས་རང་གི་ཐེན་བྲིས་དང་སྤྱི་ཞབས་ཨམ་རེ་ཏེ་(Amrita)ཡིས་རྩེ་ལ་རྩེ་ཞི་ལུལ་དུ་ཟབ་སྤྱོད་གནང་བ་བརྒྱད་ནས་མི་མང་པོ་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་པོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་བརྗེད་བྱེད་སྐོར་ལ་གོ་བསྐྱར་མང་པོ་བྱས་པ་ཡིན། མི་གཞན་དང་མཉམ་དུ་གོས་མོལ་བྱས་པའི་གོ་རིམ་ཁྲོད་ནས་ང་རང་ཉིད་ཀྱི་གོ་རྟོགས་ག་ལེར་ལྟོས་ལ་དུ་གྱུར་སོང་། དེ་དང་ལྡན་དུ་ང་ལ་བརྗེད་བྱེད་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་རྩོམ་ཡིག་དང་དཔེ་དེབ་ཡག་པོ་ཁ་ཤས་ཤིག་རག་སོང་། རྩོམ་ཡིག་དང་དཔེ་དེབ་དེ་དག་བརྒྱད་དེ། ངས་རང་གིས་གང་ཞིག་ལ་གོ་རྟོགས་རྙེད་པ་དང་སྤྱོད་སྤོ་ཆེ་བའི་ཡིག་ཆ་རྣམས་སྤྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུ་རྒྱ་གཅིག་བྱས་པ་ཡིན། དཔེ་དེབ་རྒྱུད་རྒྱུད་འདིའི་ནང་དུ། ངས་ང་ཚོའི་འཚོ་བའི་ཁྲོད་ནས་དངོས་སུ་བྱུང་མེད་ཀྱི་རྣམས་དམན་སར་འཛིན་བའམ་གཤམ་འོག་གི་མི་ཞིག་ཏུ་བརྗེ་བའི་པོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་དེར་རྒྱས་ལོན་བྱས་པ་ཡིན་ལ། གཞུང་ལུགས་གང་ཞིག་གི་འགོ་ཁྲུངས་ཁ་ཤས་ཤིག་ཆོག་ཉུང་དོན་བསྐྱུས་ཀྱི་སྤོ་ནས་ངོ་སྤྱོད་བྱས་ཡོད། གནད་དོན་འདི་དག་ཡོངས་སུ་ཤེས་རྟོགས་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་ཡིག་ཆ་གཞན་བསྐྲུན་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་རེད།

དཔེ་དེབ་འདི་ནི་སྤྱོག་འདོན་གྱི་ཡིག་ཆ་མེད་པ་དང་རྒྱ་ཚོད་ཀྱང་དགོན་པའི་ལས་འགྲུལ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡིན། ངས་རྩོམ་པ་པོ་མང་པོ་ཞིག་གི་ཡིག་ཆ་མང་པོ་ཞིག་འདིར་སྤྱོགས་བསྐྱུས་བྱས་པ་འདིས། ལས་འགྲུལ་བ་རེ་རྩེད་ཞིག་གིས་བརྗེད་བྱེད་འདིའི་སྤྱད་ལ་ལྷ་སྤྱོག་མང་པོ་གནང་བའི་སེམས་སྤུལ་གང་འཚམས་ཤིག་ཐེབས་སུ་བརྒྱ་ལོ་དཔེ་རེ་བ་ཡིན། ང་ཚོས་ཁ་ཚུ་དགོས་གཏུགས་ཀྱིས་ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་ལོ། ལྷ་ཨེ་ཤ་ཡ་ལུལ་གྱི་པོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བའི་རང་བཞིན་དང་དཔེ་འབྱུང་རྒྱུ། དཔེ་རྩ་བ་སོགས་ཤེས་རྟོགས་བྱེད་རྒྱ་དེ་རེད། གནད་དོན་

འདི་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བ་ཡིན་ན། ང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་གནས་སྡངས་ལ་རྒྱས་ལོན་ཡག་པོ་ཞིག་
བྱེད་ཐུབ་པེས་རེད།

ཡིག་ཆ་འདི་དག་ངས་སྡོན་ཆད་བསྐྱེད་ཀྱི་བྱས་པའི་བྱད་མེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་སྐོར་གྱི་
དེབ་རྒྱུད་དེའི་སློབ་གཞི་རྣམས་ཀྱི་བརྗེས་ལན་གྱི་ཚུལ་དུ་བསྐྱེད་པའོད་པས། མི་མང་གིས་ལས་
སྤྲོད་ཐོབ་ཀྱི་ནས་གོ་དོན་རྟོགས་ཐུབ།

ཕོ་དབང་འིང་ཕྱགས་ཉི་ཅེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནམ། ང་ཚོས་ཕོ་དབང་འིང་ཕྱགས་ཀྱི་རྟ་བར་
གོ་བ་ཅི་རྒྱར་ལེན་གྱི་ཡོད་དམ།

༡༽ ཕོ་དབང་འིང་ཕྱགས་ཟེར་བ་འདིའི་ཡིག་ཐོག་གི་གོ་བ་ཞེ། བར་མི་གང་ཞིག་གི་བཟང་ཚང་
ངས་དེའི་ཁྱོད་གའི་བྱེད་ལས་ལ་གོ་བ་རེད། འགོ་ཁྱུངས་དེད་ནས་ཡོང་ན། ཕོ་དབང་འིང་ཕྱགས་
ཟེར་བ་འདི་ནི་ཁྱོད་ག་གང་ཞིག་གིས་སྡངས་འཛིན་བྱས་པའི་ནང་མིའི་རིགས་ཀྱི་བྱེད་ལས་ཞིག་ལ་
འགྲེལ་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན་ཁྱིམ་ཚང་ཚེན་པོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་བྱེད་མེད་དང་སྐྱེས་པ།
རྒྱུ་ལ། བྱིས་པ་དང་གཡོག་པོ། ཞབས་ལུ་བ་སོགས་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པ་ཁྱོད་ག་གཅིག་གི་དབང་
འོག་ན་ཡོད་པ་དེ་རེད། འོན་ཀྱང་ད་ཆར་ཕོ་དབང་འིང་ཕྱགས་ཟེར་བ་དེ་སྐྱེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་
དབང་འཛིན་པ་ཞིག་ལ་གོ་བ་ཞིན་ཡོད་པ་རེད། ལུ་དང་བུ་མོ་གཉིས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་གང་ཞིག་བྱ་
ཡིས་བུ་མོར་དབང་བསྐྱུར་བའི་གནས་སྡངས་ཤིག་གམ། ཡང་ན་བུ་ཡིས་བུ་མོ་རྣམས་སྤོགས་
མང་པོ་ནས་དབང་བསྐྱུར་བའི་ལས་ཕྱགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཤིག་ལ་གོ་བ་རེད།

དེ་ལྟ་བུའི་དབང་བསྐྱུར་ནི་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བྲལ་རིམ་གང་དུ་གཏོགས་ཀྱིང་། ཉེན་
རེའི་འཚོ་བའི་ཁྲོད་དུ་སྤོགས་མང་པོ་ཞིག་ནས་ཉམས་སུ་སྤོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན་ནང་མི་
ནང་ཁྱུང་དང་ལས་ཁྱུངས། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱར་གང་ས་ནས་བྱུང་མེད་ལ་དབྱེ་འབྱེད་དང་བརྗེ་
འཛོག་མི་བྱེད་པ། བརྒྱས་བཅོས་དང་སྡངས་འཛིན་བྱེད་པ། བཟུ་གཞོག་བྱེད་པ། གཞན་ཡང་
བཅོན་གཞོན་བྱས་ཏེ་རྒྱབ་སྐྱོད་སྤེལ་བ་སོགས་ཀྱི་གཏིང་མཐའ་སྡོག་ན་རྒྱུང་མ་འདྲ་བའི་ཆ་ཡོད་

སྤྱི་ནའང་། དོན་དངོས་སུ་ཕོ་དབང་འིང་ཕྱགས་ནི་གཞུང་ཕྱགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཞིག་ཡིན་པ་
རེད།

དོན་དངོས་སུ་ཕོ་དབང་འིང་ཕྱགས་ཀྱི་རྟ་བ་དེ་རྗེ་རྒྱར་བྱེད་ལ་མཚན་གྱི་ཡོད་དམ། ང་ཚོ་
རང་ཉིད་ཀྱི་འཚོ་བའི་ཁྲོད་དུ་རྟ་བ་དེ་དག་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཐུབ་པམ།

༡༽ བྱད་མེད་སུ་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ལ་དབྱེ་འབྱེད་དང་སྤོགས་པེས་སྤོང་ཅོམ་བྱས་པ་འཕམ་ངོས་
ལེན་པ་བྱས་པ་ཅོམ་གྱིས་གནད་དོན་དེར་མིང་འདོགས་བྱེད་མི་ཐུབ་ནའང་། དོན་དངོས་སུ་གནད་
དོན་དེ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་པར་མ་ཟད། གོ་རྟོགས་ཀྱིང་འཕེལ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དུས་རྒྱུན་བྱུང་མེད་
རྣམས་ཀྱིས་ཟབ་སྦྱོང་དང་སྦྱོང་བརྟུན་གང་རུང་གི་སྐབས་སུ་རང་ཉིད་བྱུང་མེད་ཅིག་ཡིན་པའི་
ཆ་ནས་སོ་སོའི་སྤོང་ཚོར་བརྗོད་སྐབས། རང་ཉིད་དངོས་སུ་ཕོ་དབང་འིང་ཕྱགས་ཀྱི་རྟ་བའི་
ཐོག་ནས་འཚོ་བའི་ཁྲོད་དུ་དངོས་སུ་སྤངས་པའི་དམིགས་བསལ་གྱི་སྡངས་འཛིན་འདྲ་མིན་ལ་
སྤད་ཡོད་པ་འགྲེལ་བཤད་གནད་གི་ཡོད་པ་རེད། ངས་དོན་དག་དེ་ཅི་རྒྱར་འགྲེལ་བཞིན་པ་དཔེ་
མཚོན་ཁ་ཤས་ཤིག་གི་ཐོག་ནས་གསལ་འདོན་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ལ། དཔེ་མཚོན་དེ་རེས་སོ་དབང་
འིང་ཕྱགས་ཀྱི་རྟ་བའི་དབྱེ་འབྱེད་ཀྱི་རིགས་མི་འདྲ་བ་རེ་མཚོན་ཐུབ་སྟམ།

ཁྱེད་མོ་ཐོས་ལྟར་ན། ང་ཚོས་མང་སྐྱེས་དུས་པའི་ནང་མི་རྣམས་སྤྱི་དུ་ཕྱི་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་
ཚོས་བྱ་ཞིག་སྐྱེས་པར་རེ་སྐྱེས་བྱས་ཡོད་པ་རེད། ། སྐྱེ་བ་སོ་ལ་དང་དོད་ཆེ་བ།

ཁྱེད་མོ་ནས་རྒྱུན་ལ་མའི་ནང་ལས་ཅོག་ཅོག་ལ་རོགས་བྱེད་དགོས་ནའང་། ངའི་སྤྱོད་པོ་དང་ལུ་
པོས་རོགས་བྱེད་ཀྱི་མེད། ། བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱི་ལས་ཀའི་རྟོག་ཞེས།

ཁྱེད་མོ་ནས་རྒྱུན་སྤོབ་བྱ་འགོ་རྒྱུར་འབད་བཅོམ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ནའང་། ལ་པས་བྱུང་མེད་རྣམས་
ཀྱིས་རེས་པར་དུ་སྤོབ་སྤོང་བྱེད་མི་དགོས་པར་དགོངས་བཞིན་ཡོད། ། བྱད་མེད་ལ་ཤེས་ཡོན་
ཀྱི་གོ་སྐབས་བྲལ་བ།

ཁྱེད་མོ་གཅེན་པོ་ནང་ལ་ག་དུས་ལོག་ཡོང་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་ནའང་། ང་རང་ས་མ་རུབ་སྡོན་ནས་

ནང་ལ་ལོག་དགོས། ། བྱད་མེད་ལ་འགྲུལ་སྐྱོད་ཀྱི་རང་དབང་མེད་པ།
ཁྲིའི་ཨ་མས་དུས་རྒྱུན་ཨ་མར་གཙུག་རྒྱུད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ། བཟའ་རྒྱུ་རྒྱུ་སྐྱོད་སྤེལ་
བ།

ཁྲིའི་ཨ་མ་ལ་རྒྱ་ལོར་ལས་ཐོབ་སྐྱལ་ཅི་ཡང་མེད་པ་རེད། འདི་ཁྲི་གའི་རྒྱ་ལོར་ཡང་འདི་རྒྱ་ལོར་
མིན། དོན་དངོས་སུ་ང་ལ་འདི་ཁྲིའི་ཟེར་བ་ཞིག་གཏང་ནས་མེད། ། བྱད་མེད་ལ་རྒྱུད་སྐྱོད་རང་
བཞིན་ཀྱི་རྒྱ་ལོར་ཀྱི་དབང་ཆ་མེད་པ།

ཁྲིའི་རང་གི་ཁྲི་གར་ནང་མི་འཆར་འགོད་བྱེད་དུ་བརྟུག་ནའང་ཁོས་དང་མེན་མ་བྱས། ཁོས་
ང་ལ་ནང་མི་འཆར་འགོད་བྱེད་པའི་ཐོབ་ཐང་མ་སྤྲད། ། བྱད་མེད་ལ་སྤུ་གྲུ་སྤྱེ་འཕེལ་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་
མེད་པ།

ང་ཚོས་གོང་གི་གཞན་དོན་དེ་དག་ལ་བསམ་བཞིག་བྱེད་སྐབས་གཞི་ནས་ལྟ་ཚུལ་
གསར་བ་ཞིག་ག་ལེར་སྐྱེ་འགོ་རྒྱུགས་ཡོང་བར་མ་ཟད། ང་ཚོ་སུ་ཞིག་ཡིན་རུང་ལམ་ཁ་གང་
རུང་ཞིག་ནས་དབྱེ་འབྲེད་འདིར་དེས་པར་དུ་འཐབ་ཚོད་བྱེད་དགོས་པ་ཤེས་ཤིང་། བྱད་མེད་
དམན་སར་འཛིན་པའི་འདུ་ཤེས་དང་སྤོང་བ་འདིས་མི་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆེ་མཐོང་དང་རང་མཐོང་།
རང་ཉིད་ཀྱི་གཤེད་ཚོད་བཅས་ལ་གཏོར་བ་ཤིག་ཐེབས་ཏེ། རང་གི་མཐོན་འདོད་ལ་ཚོད་འཛིན་
བྱས་ནས་ཡོད་པ་རེད། བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱིར་སྟོབས་ཆེར་བསྐྱེད་ཀྱིས་རང་ཉིད་ལ་གཞན་
ཀྱིས་འགྲེལ་བཟོད་བྱས་པའི་ས་མཚན་ལས་བཞག་ནས་བྱད་མེད་ཀྱི་ཉམ་རྒྱུད་གི་གཤེས་ཀ་
དེར་ཚོལ་ཐབས་བྱས་ཆེ། གཞན་ཀྱིས་དེ་ལ་ངོ་ཆ་དང་བྲལ་བར་བརྩེ་བ་རེད།

སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འགོ་འགྲུལ་དང་ལག་བསྟར་བྱེད་ཚུགས་མང་པོ་ཞིག་གིས་ང་ཚོ་བྱད་
མེད་རྣམས་ནི་སྐྱེ་བ་པོ་ལས་དམན་པར་བརྩེས་ཏེ་བྱད་མེད་ལ་སྤྲངས་འཛིན་བྱེད་འགོ་བརྟུགས་
ཡོད། འདི་ལྟ་བུའི་སྤྲངས་ཚུལ་ནི་རང་གི་ཁྲིའི་ཆོད་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འགྲེལ་ལམ། ཚོས་འགྲུལ་
དང་ཁྲིའི་ས་འགྲུལ་སྐྱོབ་བྱ་དང་བསྐྱབ་གཞི། གཞན་ཡང་སྤྱི་ཚོགས་གསར་ལམ་ཁག་དང་ལས་
ཁུངས་ཁག་ཏུ་ཡང་འབྱུང་གི་ཡོད། ང་ཚོས་སུ་ཚུལ་ལ་རྒྱ་བས་ཉན་ཆེ། བྱད་མེད་ལ་དམན་པར་
རྒྱ་བ་འདི་ནི་བྱད་མེད་འགའ་ཤས་ཤིག་གི་ལས་དབང་མིན་པར། འདི་ནི་སེམས་ངན་གྱི་སྐྱེས་

བ་འགའ་ཤོས་ཤིག་གིས་བྱད་མེད་ལ་བསྐྱུ་གཞིག་དང་དབང་བསྐྱུར་བྱེད་བཞིན་པ་ཞིག་ཀྱང་མ་
རེད། དེ་ལྟར་ང་ཚོས་ག་ལེར་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བ་ནི། ང་ཚོ་བྱད་མེད་རྣམས་ནི་སྐྱེ་བ་པོ་ཡི་དབང་
བསྐྱུར་བའམ་སྐྱེ་བ་པོ་ནི་མཚོག་ཏུ་ལྟ་བུའི་ལམ་འགྲུལ་ཀྱི་རང་བཞིན་ཤིག་ལ་ཁ་གཏང་ཡོད་པ་
དེ་རེད།

ཕོ་དབང་རིང་འགྲུལ་ཟེར་བའི་བརྗེ་ཆད་འདིའི་བརྗེད་བྱེད་སྤྱིར་བོ་ནི། ང་ཚོའི་ཉེ་འཁོར་
དུ་དུས་རྒྱུན་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་པའི་སྐྱེ་བ་པོ་ཡི་དབང་བསྐྱུར་དེ་ཡིན་ནམ།

ག། ཁྲིད་ཀྱིས་དེ་རེད་ཟེར་ཆོག་ འོན་ཀྱང་དེ་ནི་བརྗེ་ཆད་ཅམ་ཞིག་མ་རེད། བྱད་མེད་ཀྱི་ཐོབ་
ཐང་ཚོད་མེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཕོ་དབང་རིང་འགྲུལ་ནི་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་འགྲེལ་བཟོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་
པ་རེད། དེ་ནི་ལྟ་བུ་གཞན་དག་ནང་བཞིན། ང་ཚོས་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཤེས་རྟོག་འབྱུང་
བར་རོགས་འདེགས་བྱེད་སྐྱེད་ཀྱི་ལག་ཆ་རྣམས་བྱེད་ཀྱི་ལག་ཆ་རྣམས་ལྟར་བྱེད་ཀྱི་ལག་ཆ་རྣམས་
འགྲེལ་བའདད་མི་འདུ་བ་མང་པོ་བྱས་ཡོད་པ་རེད། ལུ་མ་མེ་ལི་ཆེལ་(Juliet Mitchell)ལྷ་བའི་
མོ་དབང་རིང་འགྲུལ་ཀྱི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་བ་དེས་འགྲེལ་བཟོད་གནང་བ་ལྟར་ན། ཕོ་དབང་
རིང་འགྲུལ་ནི་ཉེ་འགྲེལ་གྱི་ནང་དུ་ཨ་མའི་དབང་འགྲུལ་འོག་ནས་ཕོ་ཕོ་བརྗེ་བསྐྱུར་བྱེད་པའི་
ལམ་འགྲུལ་ཀྱི་རང་བཞིན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་ལམ་འགྲུལ་རང་བཞིན་དེའི་སྟོབས་
འགྲུལ་ཀྱིས། བྱད་མེད་ནི་སྐྱེ་བ་པོ་ལས་དམན་པ་ཡིན་པའི་བྱད་མེད་ཀྱི་སེམས་ཁམས་དེ་བྱུང་
བར་བཟོད་འདུག ལུ་མ་སེལ་ལེ་ཡ་ཐལ་ལྷེ་(Sylia Walby)ཡིས། མའི་དཔེ་དེབ་ནང་འཁོད་
དོན་ལྟར་ན། ཕོ་དབང་རིང་འགྲུལ་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྐྱོམ་གཞི་དང་ལག་བསྟར་གང་ཞིག་གི་ནང་
དུ། སྐྱེ་བ་པོ་ཡི་དབང་ཤེད་ཀྱིས་བྱད་མེད་ལ་བསྐྱུ་གཞིག་དང་གཏམ་གཞན་བྱེད་པ་ཞིག་ལ་འགྲེལ་
བའདད་བྱས་ཡོད་པ་རེད།

གོང་དུ་བཤད་པ་ནང་བཞིན། ལུ་མ་སེལ་ལེ་ཡ་ཐལ་ལྷེ་(Sylia Walby)ཡིས། ང་
ཚོར་གསལ་འདེབས་བྱས་ཡོད་པ་ཞིག་ནི། ང་ཚོས་ཕོ་དབང་རིང་འགྲུལ་ནི་ལམ་འགྲུལ་ཀྱི་

རང་བཞིན་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་རྒྱུ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། དེ་ལྟར་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བ་ཡིན་ན། ང་
ཚོ་སྤྱི་ཏུ་ནས་དམན་པ་ཡིན་པར་ཆ་འདོག་པའི་བསམ་སྒྲུབ་དེ་ཅ་བ་ནས་བསྐྱུར་སྐྱབ་པ་རེད།
ལམ་ལུགས་ཀྱི་རང་བཞིན་དེས་སྤྱི་ཏུ་བ་དང་སྤྱི་ཏུ་མ་ཞི་སྤྱི་ཏུ་ནས་དམན་པར་གྱི་གཞུགས་པའི་
ཆ་བྱུང་དང་སྤྱི་སྤོ་ཡི་ཐད་ནས་འདྲ་བོ་མིན་པས། ཉེན་རེའི་འཚོ་བའི་ཁྲོད་ཀྱི་ལས་རིགས་ཀྱང་
རྒྱ་སྐྱོན་དེའི་དབང་གིས་དབྱེ་བའོ་བྱས་པར་འགྲེལ་རྒྱུ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་ལམ་ལུགས་
རང་བཞིན་གྱི་འོག་ནས། སྤྱི་ཏུ་པ་ཡོད་ཚད་རང་བཞིན་གྱིས་དབང་ཤེད་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དང་།
བྱུང་མེད་ཡོད་ཚད་རང་བཞིན་གྱིས་དམན་པ་ཡིན་པ་དེ་རེད། གནས་སྣངས་དེའི་འོག་ནས། སྤྱི་ཏུ་
པ་ཡོད་ཚད་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་མེད་ལས་མཐོ་བ་དང་། བྱུང་མེད་ཡོད་ཚད་སྤྱི་ཏུ་པའི་རྒྱ་
ནོར་ཡིན་པའི་ལམ་ལུགས་རང་བཞིན་གྱི་ལྟ་བུ་དེ་བྱུང་བ་རེད།

ཕོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་དཀའ་རྒྱུ་དེ། ས་ཚུགས་ཡོད་ཚད་ནང་གཅིག་པ་ཡིན་ནམ།

མ་རེད། ལམ་ལུགས་དེའི་རང་བཞིན་གཅིག་པ་ཡིན་ནའང་། སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་གི་ནང་
དུ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གྲལ་རིམ་གཅིག་པ་མིན་པ་ནང་བཞིན། སྤྱི་ཚོགས་མི་འདྲ་བའི་ནང་དུ་ལམ་
ལུགས་ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་ཡང་མ་འདྲ་བ་ཡོད་པར་མ་ཟད། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དུས་བབ་མ་འདྲ་བའི་ནང་
དུ་འདྲ་གནས་སྣངས་མ་འདྲ་བ་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ཅ་བའི་སྤྱི་ཏུ་གཞི་དེ་རང་སོར་གནས་
ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན་སྤྱི་པོ་ཡོད་ཚད་གཞན་གྱི་དབང་སྐྱུར་འོག་ཏུ་ཡོད་ཀྱང་། དབང་སྐྱུར་སྣངས་
དེ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་འདྲ་བ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དཔེ་མཚོན་ཞིག་ལྟས་ན། ངའི་ཚོ་རྫོ་
ལགས་ཀྱི་དུས་སྐབས་ཀྱི་ཕོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཚུལ་ཡོད་ཚད་དེ་རིང་གི་གནས་སྣངས་
དང་མི་འདྲ་བ་རེད། ཞིང་སྤོང་གི་བྱུང་མེད་དང་རྒྱ་གར་གྱི་རིགས་དུས་མཐོ་བའི་བྱུང་མེད་ཀྱི་
གནས་སྣངས་མི་འདྲ་བ་ཆགས་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཁྲོད་དུ་དུས་བབ་འདྲ་མིན་
དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་འདྲ་མིན་ཁྲོད་དུ། ཨ་རི་དང་རྒྱ་གར་ནང་དུ་ཕོ་དབང་རིང་ལུགས་
ཀྱི་ལྟ་བུའི་བྱུང་ལས་དང་སྤྱི་ཚོགས་དང་རིག་གཞུང་གི་ལག་བསྐྱར་ཡོད་ཚད་གཅིག་པ་མིན་པ་

རེད། གནས་སྣངས་དེ་རང་ཚོས་ལེའུ་ཕྱི་མའི་ནང་དུ་གོ་བསྐྱུར་མཐོང་ཕྱིན་པ་ཞིག་བྱེད། གང་ལྟར་
རང་ཚོས་ཤེས་པའི་གནས་བབ་མ་འདྲ་བ་དེ་དག་ཤེས་རྟོགས་བྱེད་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། གལ་ཏེ་
མ་འདྲ་བའི་ཆ་རྣམས་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བ་ཡིན་ན། གཞི་ནས་རང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་གནས་བབ་
དེར་དབྱུང་ཞིབ་བྱས་པ་བརྒྱུད་ནས་གནད་དོན་དེ་ལ་ཐབས་རྒྱས་འོས་འཚམས་ཤིག་གི་སྤོ་ནས་
གདོང་ལེན་བྱེད་སྐབ་པ་རེད།

ཕོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ནང་དུ། སྤྱི་བ་ཕོ་ཡིས་ཅི་ཞིག་ལ་དབང་སྐྱུར་བྱེད་
ཀྱི་ཡོད་དམ།

༡༽ སྤྱིར་བཏང་གི་གནས་བབ་ཐོག་ནས་བཤད་ན། གཤམ་འཕོད་བྱུང་མེད་ཀྱི་འཚོ་བའི་ལུས་
ཡོད་ཚད་ཕོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་དབང་སྐྱུར་འོག་ཏུ་ཡོད་པ་རེད།

བྱུང་མེད་ཀྱི་ལམ་ཚོལ་དང་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་རྒྱས་པ།

སྤྱི་བ་ཕོ་ཡིས་བྱུང་མེད་ཀྱི་སྤོ་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀྱི་སྤོ་ཡོད་བྱེད་ལས་ཡོད་ཚད་ལ་དབང་
སྐྱུར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཁྲིམ་ཚང་ལ་མཚོན་ནས་བཤད་ན། བྱུང་མེད་ཀྱིས་རིན་མེད་ཀྱི་ཐོག་
ནས་བྱིས་པ་གཉོར་སྤོང་བྱེད་པ་དང་། ཁྲིམ་ཀྱི་ཁྲོ་ག་དང་ནང་མི་གཞན་ཚང་མར་གཡོག་ལས་
བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། གནས་སྣངས་དེའི་འོག་ནས། ལུས་སེ་ལེ་ཡ་ཨལ་ལྷེ་(SyliaWalby)
ཡིས་དེ་ལ་ཕོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ཐོན་སྐྱེད་གཤམ་ལུགས་ཞེས་ཟེར། བྱུང་མེད་ཀྱི་བྱེད་ལས་
བདག་དབང་ཡོད་ཚད་ཁྲོ་ག་དང་དེར་ཡོད་ནང་མི་གཞན་གྱིས་འཕྲོག་ཡོད་པ་རེད། བྱུང་མེད་
ཀྱི་ནང་ལས་ཀི་ཐོན་སྐྱེད་བྱེད་མཁན་གྱི་གྲལ་རིམ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཁྲོ་ག་ནི་བདག་དབང་སྤོང་
མཁན་གྱི་གྲལ་རིམ་ཡིན་པར་སེམས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བྱུང་མེད་རང་ཉིད་ཀྱི་རྫོགས་མཐའ་གྲལ་
ཞིང་བསྐྱུར་རྫོགས་ཡང་རྫོགས་ཀྱི་ནང་ལས་ཡོད་ཚད་ནི་ལས་ཀ་ཞིག་ལ་བརྩི་ཡི་མེད་པར་མ་ཟད།
རང་ཉིད་ནི་དུས་ནམ་ཡང་ཁྲོ་གར་བརྟེན་ནས་ཡོད་པར་སེམས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

དཔེར་ན་འཇར་མན་ནང་དཔལ་གྱི་ཆེན་གཉིས་པའི་རྗེས་སུ། དཔལ་ཚོལ་ལས་ལྷན་པ་ཡོད་ཚད་
འཕོད་འགྲུག་བྱས་ནས་རྒྱལ་ཁབ་བསྐྱར་གསོ་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ། བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱང་རྒྱལ་
ཁབ་བསྐྱར་གསོའི་ལས་གཞིའི་ནང་འཇུག་ཞུགས་བྱེད་དགོས་པའི་སྐབས་འདྲེད་བཏང་ནས་ལས་
འགན་ལྡན་མང་ཁུར་བཅུག་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་སྲོགས་གཞན་ཞིག་ནས། དཔལ་འཐབ་མོད་
དུ་དབྱིན་ཡུལ་ལ་རྒྱལ་ཁབ་ཐོབ་མཚམས། དཔལ་འཐབ་ལ་ཞུགས་མཁན་གཤོང་མཚོང་བྱད་མེད་
རྣམས་ཕྱིར་ལོག་རྒྱགས། རྒྱེ་བ་མོ་རྣམས་ཞི་བདེ་ཡི་ལས་འགྲུག་ལ་ཞུགས་བྱུང། ཅེས་བརྗོད་
ཡོད་པ་རེད། དབྱིན་ཡུལ་ནང་ཕྱི་ལོ་༡༩༥༠ ལོའི་ཚད་བཀལ་སྐྱེ་འཕེལ་ལོ། མིང་གཞུང་གིས་
ཨ་མའི་རང་བཞིན་མཚོན་བྱེད་ལྷན་གྱི་ལས་སྲོལ་བཏོད་པ་དེ་རེད།

ཨ་མའི་རང་བཞིན་མོ་དབང་རིང་ལྷན་གྱི་སྲོལ་བཏོད་ཀྱི་གནས་སྐབས་
ལ་དབྱུང་ཞིབ་བྱེད་པའི་གཞི་རྒྱུ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། མོ་དབང་རིང་ལྷན་གྱི་སྲོལ་བཏོད་
ན། བྱིས་པ་ལྟ་སྲོང་དང་གཉོར་སྲོང་གི་རྩོག་ཁྲིམ་ཡོད་ཚད་བྱད་མེད་རྣམས་ལ་བཅའ་བྱིས་བཀའ་
ཉེ་བྱད་མེད་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱས་ཡོད་པ་དང་། མོ་དབང་རིང་ལྷན་གྱི་སྐྱེ་ཚོགས་ནང་དུ་བྱད་
མེད་རྣམས་ལ་སྐྱེ་སྐོ་འགོག་པའི་ཐབས་ལམ་དང་གཞན་ཚུལ་མཁོ་སྲོད་མ་བྱས་པར། སྐྱེ་སྐོ་
འགོག་པའི་བྱ་སྲོད་ཡོད་ཚད་བཀག་ཅིང་། སྐྱེ་སྐོ་འགོག་བྱེད་གང་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི་ཡིད་རྩོལ་
མི་བྱུང་བ་དང་རིན་པོང་ཆེ་བ། གཞན་ཡང་ཉེན་ཁ་ཆེ་བ་སོགས་ཀྱི་གནས་སྐབས་འོག་བྱད་མེད་
རྣམས་ཀྱིས་མངལ་ནས་བྱ་བྱ་མེད་པ་བཟོ་རྒྱུར་ཚད་བཀག་གིས་ཁས་ལེན་བྱེད་ཀྱི་མེད་ཅིང་།
བྱད་མེད་རྣམས་དུས་ཉུག་ཏུ་འཁྲིག་སྲོད་ཀྱི་ཅ་ལག་ལྟ་བུ་སྲོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

བྱད་མེད་ཀྱི་ཆགས་སྲེད་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱེད་པ།

བྱད་མེད་ཀྱི་ཆགས་སྲེད་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱས་པ་ནི་བྱད་མེད་རྣམས་དཔལ་མར་འཛིན་
སྐབས་གལ་ཆེན་ཞིག་རེད། བྱད་མེད་རྣམས་ནི་སྐྱེ་བ་མོ་ཡི་དགོས་མཁོ་དང་ཆགས་པ་ལ་གཞིག་
ནས་བེད་སྲོད་བྱས་པ་དང་། གཉེན་སྲིག་བྱས་ཚར་རྗེས། བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་འདོད་
མོས་སྐྱར་འཁྲིག་སྲོད་བྱེད་རྒྱུར་སྐྱེ་ཚོགས་ཀྱི་ཀུན་སྲོད་དང་ཁྲིམས་སྲིག་གི་བཅའ་རྒྱུ་བཟོས་

ནས་བཀག་འགོག་བྱས་ཡོད་ཀྱང་། ལས་དང་ལྷན་སྐྱོལ་ལྟར། རྒྱེ་བ་མོ་ཡི་བྱེད་ལས་ཡོད་
ཚད་ལ་ལྟ་བུའི་མིག་དེ་ནས་ཡང་འོང་བ་ཡིན་པ་རེད། དེ་མིན་ལུལ་དུས་གཞན་དང་གཞན་དུ་
ཡང་སྐྱེ་བ་མོ་ཡིས་རང་གི་རྒྱུང་མ་དང་བུ་མོ་དང་བཅས་པ་གཞན་བཅོང་ཁང་དུ་བཅའ་བེད་ཀྱིས་
གཏོང་བཞིན་པ་དང་བྱད་མེད་ཀྱི་ལུས་རྩིན་གྱིས་ཁེ་ལས་གཉེར་བ། བྱད་མེད་རྣམས་ལ་བཅའ་
གཡེམ་བཏང་རྗེས་ངོ་ཚད་ཆེ་མཚོང་གི་མིང་ཐོག་ནས་འཛིགས་སྐྱེལ་བྱེད་པ། བྱད་མེད་ཀྱི་
ཆགས་སྲེད་ལ་སྐྱར་སྐྱོང་བྱེད་ཆེད། བྱད་མི་དང་སྐྱེ་ཚོགས། རིག་གཞུང་དང་ཚོས་ལྷན་གས་
སོགས་ཀྱི་སྐྱིག་སྲོལ་གཏན་འབེབས་བྱས་ཡོད་པ་རེད།

བྱད་མེད་ཀྱི་འགྲུལ་སྐྱོད།

བྱད་མེད་ཀྱི་ཆགས་སྲེད་དང་ཐོན་ལས། སྐྱེ་འཕེལ་སོགས་བཀག་སྲོལ་བྱེད་ཆེད། རྒྱེ་
བ་མོ་ཡིས་བྱད་མེད་ཀྱི་འགྲོ་འདུག་ལ་སྐྱར་སྐྱོང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། བྱད་མེད་ཀྱི་སོགས་སུ་འགྲོ་
བར་བཀག་སྲོལ་བྱས་ཏེ་མི་སྐྱེར་དང་མང་ཚོགས་དཀྱིལ་གྱི་འགྲོ་ལྷན་ལ་དབྱེ་བ་ཆེན་པོ་བྱེས་
ཡོད། བྱད་མེད་ཀྱིས་མོ་མོ་གང་ལ་འབྲེལ་བ་བྱེད་སྲོགས་ལ་ཡང་ཚད་གཞི་བཟོས་ཡོད་པ་རེད།
བྱད་མེད་ཟེར་བ་དེ་མོ་མོའི་རྒྱགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཀག་ནས་བཀག་སྲོལ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ནའང་། རྒྱེ་
བ་མོ་ལ་མོ་མོའི་རྒྱགས་ཀྱི་དབྱེ་བའི་ཐོག་ནས་དེ་ལྟ་བུའི་བཅའ་བེད་ཀྱི་རིགས་གང་ཡང་མེད་པ་
རེད།

རྒྱ་ནོར་དང་དཔལ་འཇུག་གི་ཐོན་ཁུངས་གཞན།

རྒྱ་ནོར་མང་ཆེ་བ་དང་། དམིགས་བསལ་ཐོན་སྐྱེད་མང་བའི་ཐོན་ཁུངས་ཡོད་ཚད་སྐྱེ་
བ་མོ་ཡིས་དབང་བསྐྱར་ཏེ་ཐོན་ཁུངས་བར་བརྒྱུད་སྲོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། མང་ཆེ་བ་པ་ཡིས་
བུ་ལ་སྲོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཅ་བའི་བྱད་མེད་རྣམས་ལ་ཁྲིམས་སྲིག་ནས་རྒྱ་ནོར་གང་ཞིག་བརྒྱུད་
སྲོད་བྱེད་པའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད་ནའང་། སྐྱེ་ཚོགས་ནང་དུ་སྐྱེལ་རྒྱུན་གྱི་ལས་ལྷན་གས་རང་བཞིན་
ལག་བརྒྱུད་དང་སེམས་ཁམས་ལ་བཅའ་གཞི་བཟོ། སྐྱེ་ཚོགས་ཀྱི་བཀག་སྲོལ་མཚམས་ལན་རེར་

ལྷན་སྲིད་སྐོལ་ནས་བྱུང་མེད་རྣམས་ལ་རྒྱ་ལོར་གྱི་དབང་ཆ་འཛོལ་བར་ཁྱོད་ཡོངས་ནས་བཀག་སྡོམ་བྱས་ཡོད་པ་རེད།

འདི་ལྟ་བུའི་གནད་དོན་མང་པོའི་ཁྲོད་དུ་མི་སྐྱེར་གྱི་ཁྱིམ་ས་གཞིའི་ནང་དུ་བྱུང་མེད་ལ་ཐོབ་ཐང་དེ་དག་སྲིད་རྒྱ་ལས་སྡོག་སྡེ་ཐོབ་ཐང་མང་པོ་ཞིག་ཉུང་འཕྲི་བྱས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟར་བྱུང་མེད་རྣམས་ནི་ནམ་ཡང་ཁེ་སན་མ་རྒྱུ་པའི་ཤོག་ཁག་ཅིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་ནི་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་ཀྱིས་ཅེས་བཤེར་བྱས་ནས་བསྟན་དོན། བྱུང་མེད་ཀྱིས་འཛམ་གླིང་ནང་གི་བྱེད་ལས་ཡོད་ཚད་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ་ 60 ཙམ་སྐྱབ་བཞེན་ཡོད་ནའང་ཁོང་ཅག་ལ་འཛམ་གླིང་ནང་གི་ཡོང་འབབ་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ་ 70 ལས་རྒྱ་ལྡན་མེད་པ་དང་། འཛམ་གླིང་ནང་གི་རྒྱ་ལོར་གྱི་བརྒྱ་ཆ་ 7 གི་བདག་དབང་ལས་མེད་པ་རེད།

ཁྲོད་ཀྱིས་དེ་ལྟར་སྲི་ཚོགས་ནང་གི་དབང་ཆ་འཛོལ་དང་ཆབ་སྲིད། ཚོས་ལུགས་དང་སྲི་ཚོགས། རིག་གཞུང་སྡེ་གནས་ཡོད་ཚད་སྲི་བ་ལོ་ལོས་དབང་བསྐྱར་བྱས་ཡོད་པར་བརྒྱན་མང་། དེ་ལ་འབྲེལ་བཤད་ཅིག་རྒྱག་རྒྱགས།

༡༧༽ སྲི་ཚོགས་ནང་གི་སྲིག་འཇུགས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་ལྟར་ན། དེ་དག་ཡོད་ཚད་ནི་སོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལྡན་པར་བསྟན་འདུག བྱུང་མེད་དང་ཚོས་ལུགས། གསར་ལས་དང་ཁྱིམ་ས་སྲིག་ཡོད་ཚད་ནི་སོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལས་ལུགས་དང་སྲོམ་གཞིའི་ཀ་བ་ལྟ་བུ་ཆགས་ཡོད། འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་ཆགས་པའི་ལས་ལུགས་ཀྱི་རང་བཞིན་དག་གིས། སོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་དེ་ནམ་ཡང་ལེགས་བཅོས་ཡོ་བསྐང་གཏོང་མི་སྲུབ་པར་བཅོས་ཏེ་གྱི་ནས་བལྟས་ན་རང་བྱུང་ཚོས་ཉེད་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་གི་ཡོད་པ་རེད། ད་ནི་དང་ཚོས་སྡེ་གནས་དེ་དག་དེ་ལྟར་བཞེན་ཞིབ་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱེད།

ནང་མི།

ནང་མི་ནི་སྲི་ཚོགས་ཀྱི་བྱུང་ཚད་ལྡེ་གནས་གས་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་ལྟར། འདི་ནི་སོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ཆ་བ་ཡང་ཡིན་པ་རེད། བྱུང་མེད་ཁྲོད་ཀྱི་སྲི་བ་ལོ་ལོས་ཚང་གི་བཟའ་དཔོན་ཡིན་པར་ལྟ་བཞིན་ཡོད་པས། ཁོས་བྱུང་མེད་ཀྱི་ཆགས་སྲིད་དང་འཕ་ཚོལ། སྲི་འཕེལ་དང་འགོ་འདུག་བཅས་ལ་བཀག་སྡོམ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བྱུང་མེད་ཁྲོད་དུ་གྲལ་རིམ་ཡོད་པ་ལྟར། སྲི་བ་ལོ་ལོས་ལྟར་འཕགས་རང་བཞིན་དང་དབང་ཤེད་ཅན་ཡིན་པ་དང་། བྱུང་མེད་ནི་དམན་པ་དང་གཤམ་འོག་ཏུ་བཞེས་པ་རེད། དེར་མ་ཟད་ནང་མི་ནི་སོ་མཚོག་མོ་དམན་གྱི་ལས་ལུགས་འདི་མི་རབས་རྗེས་མར་བརྒྱན་སྲིད་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཆ་གས་ཆེན་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་ལྟར། བྱུང་མེད་ཁྲོད་ནས་དང་ཚོས་སྲི་ཚོགས་ཀྱི་གྲུ་ལྡན་དང་བྱུང་མེད་ལ་དམན་ལྡན། དབྱེ་འབྱེད་བཅས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་སྡོག་མ་དེ་སྲོང་གི་ཡོད་པ་རེད། སྲི་བ་ལོ་ལོས་རང་ཉེད་ནི་རང་ཤེད་ཅན་དང་དབང་ཤེད་ཅན་ཡིན་པའི་སྲོང་ཚོར་དང་། བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱིས་རང་ཉེད་ནི་སྲི་བ་ལོ་ལོས་དབྱེ་འབྱེད་ལ་མགོ་སྐྱར་དགོས་པ་དང་། འདྲ་མཉམ་མིན་པའི་ལྟ་སྲིད་དེ་ཅེས་ཀྱང་དང་ལེན་བྱེད་དགོས་པའི་སྲོང་ཚོར་སྲིད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ནང་མི་དེ་དེའི་ནང་དུ་སྲི་བ་ལོ་ལོས་བྱུང་མེད་ལ་དབང་བསྐྱར་བའི་རང་བཞིན་དེ་གཅིག་བྱས་ན་མི་འདྲ་བའང་། དབང་བསྐྱར་མེད་པའི་ནང་མི་ཞིག་ཁྱོད་ནས་མེད་པ་རེད།

ཚོས་ལུགས།

ཚོས་ལུགས་བྱུང་མཐའ་མང་ཤོས་ནི་སྲི་བ་ལོ་ལོས་ལ་རྣམས་མཚོག་ཏུ་ལྟ་མཁན་རྒྱ་རྒྱར་ཡིན་པ་དང་། ཚོས་ལུགས་ཀྱི་དོས་ནས། སོ་དབང་རིང་ལུགས་ནི་མི་ལས་ལྟག་པའི་སྐྱབས་ལུལ་གང་ཞིག་གིས་བཀའ་དབང་བསྐྱལ་བ་ཡིན་པར་སྟོན་ཀྱི་ཡོད་པ། ཚོས་ལུགས་ཀྱི་སྡེ་གནས་རྣམས་མ་རྒྱགས་སྟོན་ཀྱི་བྱུང་མེད་ཀྱི་སྟོབས་ལུགས་ཡོད་ཚད་རིམ་བཞིན་ཉམས་འགོ་རྒྱགས་ཡོད་པས། ཚོས་ལུགས་ཁྲོད་ཀྱི་ལྟ་སྲིད་ཚད་གཤམ་ལྟ་བུ་བརྗེ་བསྐྱར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དོན་དུ་ཚོས་ལུགས་ཡོད་ཚད་ནི་སྲི་ཚོགས་ཁྲོད་ཀྱི་རིགས་མཐོ་བ་དང་གྲལ་རིམ་མཐོ་བའི་སྲི་

ཚོགས་ཀྱི་སྐྱེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གསར་གཏོང་དང་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་ལྟར། ཁོང་ཅག་གིས་སྤངས་འཛིན་ཡང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པར་མ་ཟད། མིའི་ཀུན་སྲོད་དང་སྲོད་ལམ། གཤེན་ལུགས། བ་ན་ཁྲིམས་ལུགས་སོགས་འགྲེལ་བཤད་བྱས་ཏེ། སྐྱེ་བ་མོ་མོ་གཉིས་ཀྱི་འགན་འཁུན་དང་ཐོབ་ཐང་། གཞན་ཡང་འགྲེལ་ལམ་དང་བཅས་པ་གཏན་འབེབས་བྱས་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟོ་ཚོས་ལུགས་ཡོད་ཚད་ཀྱིས་བྱུང་མེད་ནི་དམན་སར་བཅི་བ་དང་། མི་གཙང་བ་ཡིན་པ། སྤྲིག་སྤྲིབ་སྤྲེ་བ་སོགས་བཟོད་དེ། མིའི་ཀུན་སྲོད་དང་གཤེན་ལུགས་ལ་འགྲེལ་སོག་བརྒྱབ་ཡོད་པའི་སྐོར་ཀྱི་དབྱེད་ཞིབ་ཡིག་ཆ་མང་པོ་ཡོད་པ་དང་། དེའི་ནང་དུ་ཚོས་ཁྲིམས་ཡོད་ཚད་ཀྱིས་མིའི་ཀུན་སྲོད་གཞན་དང་མི་འདྲ་བར་བྱུང་མེད་རྣམས་ལ་འཚེ་བ་བྱས་ཚོག་པར་རྒྱོད་བྱས་ཡོད་པ། འདྲ་མཉམ་མིན་པའི་འགྲེལ་ལམ་ནི། ཚོས་ལུགས་ཀྱི་གཞི་ཅའི་ལྷ་བྱུབ་ཀྱི་ཐད་ནས་ཇི་ལྟར་བཀག་སྡོམ་བྱས་པ་དང་ཇི་ལྟར་ཁྲིམས་མཐུན་བཟོས་པའི་སྐོར་བཟོད་ཡོད་པ་རེད།

ཁྲིམས་ལུགས།

རྒྱལ་ཁབ་མང་པོའི་ནང་གི་ཁྲིམས་ལུགས་ནི་ཕོ་དབང་རིང་ལུགས་དང་སྐྱེ་བྱུང་དང་འགྲེལ་བ་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན། ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱིས་དུས་རྒྱུན་དཔལ་འབྱོར་ཡོད་པའི་མཚོ་རིམ་ཀྱི་མི་ལ་དགའ་ཚོས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། རང་མི་དང་གཉེན་སྲིག་རྒྱ་ལོར་བརྒྱུད་སྲོད་བཅས་ནི་ཕོ་དབང་རིང་ལུགས་ཁོད་ནས་བྱུང་མེད་ཀྱི་རྒྱ་ལོར་ལ་དབང་རྒྱུར་བྱེད་པ་དང་འགྲེལ་བ་དམ་ཟབ་ཡོད་པ་རེད། རྩོམ་ཤིང་ལ་ལུགས་ཀྱི་ཁྲིམས་ལུགས་ཡོད་ཚད་ཀྱིས། རང་མི་ཞིག་གི་བཟའ་དམོན་དང་། འུས་པའི་ལམ་སྟོན་པ། རྒྱ་ལོར་བརྒྱུད་སྲོད་མཁན་ནི་སྐྱེས་པ་ཡིན་པར་ལྟ་བུ་མ་ཟད། ཁྲིམས་སྟོལ་དང་ཁྲིམས་ཞིབ། ཁྲིམས་དབང་ཁྲིམས་ཚུད་པ་ཡོངས་ཀྱིས་ཁྲིམས་དོན་འགྲེལ་བཟོད་སྐབས་སུ། རང་བཞིན་ཀྱིས་ཕོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་འཁྲེང་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

དཔལ་འབྱོར་ལམ་ལུགས་དང་ལྷེ་གནས།

ཕོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་ལམ་ལུགས་ནང་དུ་སྐྱེ་བ་མོ་ཡིས་དཔལ་འབྱོར་ཀྱི་ལྷེ་གནས་ཁག་ལ་དབང་རྒྱུར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པར་མ་ཟད། ལྷེ་གནས་ཡོད་ཚད་དང་དཔལ་འབྱོར་ཀྱི་བྱ་འགྲུལ་ཡོད་ཚད་སྐྱེར་བདག་བྱས་ཏེ། དཔལ་འབྱོར་ཀྱི་ཐོན་འཛུགས་ཡོད་ཚད་ཀྱི་རིན་ཐང་གཏན་འབེབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བྱུང་མེད་ཀྱིས་ཐོན་སྐྱེད་བཞིན་པའི་ལས་རིགས་མང་པོ་ཞིག་ལ་ངོས་ལེན་མེད་པར་མ་ཟད་སྐྱེ་བའི་ལས་རིགས་ལ་དཔལ་འབྱོར་ཀྱི་མེད་པ་དང་། བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱིས་ཐོན་སྐྱེད་ཐད་ལ་བྱུག་ལས་གནང་བ་རྣམས་ལ་ངོས་ལེན་མེད་པ་རེད། འདྲར་མན་གྱི་སྐྱེ་ཚོགས་རིང་ལུགས་པ་སྐྱེ་ཞབས་སྤེ་མི་(Maria Mies)ཡིས་བྱུང་མེད་ཀྱི་ལས་ཀ་དེར་གྱིབ་ནག་གི་ལས་ཀ་ཞེས་བྲིས་ཡོད་པ་རེད། བྱུང་མེད་ཀྱི་ནང་ལས་རིགས་ལ་རིན་ཐང་ཅི་ཡང་སྤྲད་མེད་པར་མ་ཟད། བྱུང་མེད་ནི་ཐོན་སྐྱེད་བྱེད་མཁན་དང་གྱིས་པ་གཉོར་མཁན་ཡིན་པ་ལས་དཔལ་འབྱོར་ལས་རིགས་ཀྱི་དབྱེད་རིགས་ཤིག་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་གཏན་ནས་མེད་པ་རེད།

ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ལམ་ལུགས་དང་ལྷེ་གནས།

སྐྱེ་ཚོགས་ཀྱི་གོ་རིམ་གང་དུ་བརྟམས་ན་ཡང་ས་གནས་ཕྱོས་ཚོགས་ནས་དབྱས་གཞུང་གི་གོས་ཚོགས་པར་དུ་སྐྱེ་བ་མོ་ཡིས་དབང་རྒྱུར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པས། ལམ་ལུགས་དང་ལྷེ་གནས་ཡོད་ཚད་སྐྱེ་བ་མོ་ཡིས་དབང་རྒྱུར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལས་དབང་ཐག་གཅོད་པའི་ཕྱོས་ཚོགས་དང་ཚོགས་པ་ཁག་ཏུ་བྱུང་མེད་ནི་སྤར་མོ་གང་ལས་མེད་པ་རེད། ཆབ་སྲིད་ཁོད་གོ་གནས་ཡོད་པའི་བྱུང་མེད་མང་པོ་ཞིག་ནི་ཐོག་མ་ནས་ཆབ་སྲིད་ཁོད་གོ་གནས་ཡོད་པའི་སྐྱེ་བ་མོ་དང་འགྲེལ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་པས། བྱུང་མེད་དེ་དག་གིས་སྐྱེ་བ་མོ་ཡིས་གོ་སྐྱིག་བྱས་པའི་སྐོར་གཞི་དང་སྤྲིག་སྤྲེལ་གྱི་ནང་དུ་ལས་ཀ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། འདྲ་མིང་ནང་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དབྱེད་བྱུང་མེད་བྱེད་མཁན་ཡོད་ནའང་། རྩོམ་ཤིང་ལ་ལུགས་དུ་གོས་ཚོགས་འཕྲུལ་མིའི་བྱུང་མེད་ཀྱི་གྲངས་འཛོམ་བརྒྱ་ཆ་10 ལས་བརྒྱུ་ཚུང་མེད་པ་རེད།

གསར་ཁང་ཁག་ནི་མཐོ་རིམ་གྱི་ཚོགས་དང་རིགས་མཐོ་བའི་སྤྱོད་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱི་
 ཚོགས་ཀྱི་གཤམ་རིམ་དང་མོ་མོའི་རྟོགས་ཀྱི་དབྱེ་བའི་ལྷ་བ་སྐྱེལ་སྤྱད་ཀྱི་ལག་ཆ་གཤམ་ཆེན་པོ་
 ཞིག་རེད། རྒྱུ་བ་རྟོག་དང་བརྟོག་འཕྲིན། དུས་དེབ་དང་གསར་ཤོག་རྒྱུད་འཕྲིན་སོགས་ཀྱི་ནང་
 དུ། རྒྱུ་བ་ལོངས་ནས་བྱུང་མེད་སྟོང་གི་འགྲེལ་བརྗོད་ཡོད་ཚད་འཁྲིག་བཤད་དང་སོ་དབང་
 རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་འབའ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། སྤྱི་བོ་མོ་ཞི་བྱུང་འཕགས་ཤིག་ཡིན་ཞིང་བྱུང་མེད་
 བེ་སྤྱི་བོ་ལས་དམན་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་གོ་བརྟེན་ཡང་ནས་བསྐྱར་དུ་སྟོན་བཞེད་ཡོད་པ་རེད།
 དམིགས་བསལ་སྟོག་བརྟོན་ནང་དུ་བྱུང་མེད་ལ་འཆོ་བ་བྱེད་པའི་རིགས་ནི་བྱུང་གཤམ་ཆེན་པོ་
 ལྷན་ཡོད་པ་དང་། བརྒྱུད་ལམ་གཞན་ཁག་གིས་བྱུང་མེད་ནི་ཚད་མཐོ་བའི་ཐོག་ནས་དམན་ལྷ་
 བྱས་ཡོད་པ་ལྟེ་སྟོན་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། ཆེད་ལས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཀྱང་གནས་ཚུལ་སྤྱིར་བསྐྱབས་
 དང་མཁོ་གཏོང་། རྒྱབ་བསྐྱབས་དང་ཡིག་འགྲེལ་སོགས་གང་དུ་བལྟས་ཀྱང་བྱུང་མེད་རྣམས་
 རྟོགས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དབྱེ་བྱེད་ཆེན་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

ཤེས་ཡོན་སྟེ་གནས་དང་ལམ་ལུགས།

ཤེས་ཡོན་སྟོབ་གསལ་ལམ་ལུགས་ནི། ཚ་འཛུགས་རང་བཞིན་དུ་སྤྱར་བ་ནས་བསྐྱར་
 སྤྱི་བོ་མོས་ཤེས་ཡོན་སྟོབ་གསལ་བྱུང་བའི་ལོངས་དང་ཚོས་ལུགས་རིག་པ། ཁྱིམ་ལུགས།
 ཚོས་རིག་སྤྱི་ཚལ། གཞན་ཡང་ཆོད་རིག་སོགས་ཡོད་ཚད་ལ་དབང་འཛིན་བྱེད་འགོ་རྒྱུགས་བ་
 རེད། འདི་ལྷ་བྱུང་སྤྱི་བོ་མོས་ཤེས་ཡོན་སྟོབ་གསལ་སྤྱི་བོ་མོ་ཞི་བྱུང་བ་དེས། བྱུང་མེད་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་
 དང་སྟོང་ག། ཆེད་མཁས་དང་མཐོན་འདོད་བཅས་ལ་དབྱེ་བྱེད་བྱས་ཡོད་པ་རེད།
 རིག་གཞུང་མང་པོའི་ཁྲིད་དུ་ལམ་ལུགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལྡན་པའི་ཐོག་ནས་བྱུང་མེད་ཀྱིས་གཞུང་
 ལུགས་ལ་སྟོབ་སྟོང་བྱེད་པར་བཀག་འགོག་བྱས་ཡོད་པ་རེད། ཐ་ན་དུས་དེ་རིང་ཡང་ཚོས་ལུགས་
 དང་ཁྱིམ་ལུགས་ལ་འགྲེལ་བརྗོད་བྱེད་པའི་བྱུང་མེད་ཁ་ཤས་ཤིག་ལས་མེད་པ་རེད། སྤྱི་ཞབས་
 ལིར་ལིར་(Geeda Lerner)ཀྱིས། ང་ཚོ་སྤྱི་བོ་མོས་བྱུང་མེད་ཀྱི་རུས་སྟོབས་ཀྱི་མཚོན་

རྟོགས་ཡོད་ཚད་ཅི་ལྷོ་སྟོན་སྤྱི་བོ་མོ་བྱུང་མེད་ཀྱི་བཞེད་པ་མཐོང་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་
 ན་ལྷ་མོ་དང་སྤྱི་བོ་མོ་བྱུང་མེད་ཀྱི་ཚོས་སྤྱི་བོ་མོ་ལོས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་སྤྱི་བོ་མོ་གཞི་གང་ཞིག་
 གནས་ལུགས་དང་སྤྱི་བོ་མོ་གཞི་གཞུགས་རྒྱུ་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཟོས་ཀྱི་སྤྱི་བོ་མོ་ཡོད་ཚད་ནི་གསར་
 གཏོང་ལ་ཁ་སྤྱོད་ཡོད་མཁན་ཞིག་དང་། བྱུང་མེད་ནི་ཆགས་སྤེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་གཞན་ལ་བརྟེན་
 དགོས་པའི་གུ་དོགས་རང་བཞིན་དུ་འགྲེལ་བཤད་བྱས་ཡོད་པ་རེད། མོ་མོའི་རྟོགས་ཀྱི་དབྱེ་
 བའི་མཚོན་བྱེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཀྱང་སྤྱི་བོ་མོ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་དང་མཐུན་པ་ཞིག་དང་
 བྱུང་མེད་ནི་ལམ་ལུགས་དང་མི་མཐུན་པ་ཞིག་ཡིན་པར་བལྟན་ཡོད་པ་རེད། ལྷ་བ་དེའི་ཁྲིད་དུ་
 སྤྱི་བོ་མོ་ཆ་ལག་ཚང་ཞིང་སྟོབས་ལུགས་ཡོད་མཁན་ཞིག་དང་། བྱུང་མེད་ནི་ཆ་ལག་མི་ཚང་
 ཞིང་སྤྱོད་མང་པོ་ནས་རྗེས་ལུས་སྤེལ་ཡོད་མཁན་ཞིག་རང་སྟོང་གི་གནས་བབ་གང་ཡང་
 མེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་པར་བལྟན་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྷ་བྱུང་སྤྱི་བོ་མོ་གཞི་རང་བཞིན་ལྡན་པའི་མཚོན་
 བྱེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྤྱི་བོ་མོ་ལོས་འཛུལ་གྱིང་འདིར་རང་མོས་ཀྱི་བརྟེན་ཆ་ཐོག་ནས་འགྲེལ་བརྗོད་
 བྱས་ཀྱི། གས་ཆའི་འི་གཞི་མང་པོ་ཞིག་ལ་འགྲེལ་བརྗོད་བྱས་ནས་སྤྱི་བོ་མོ་ལོ་བ་བརྗོད་སྟེང་གཙོ་
 བོ་བཟོས་ཡོད་པ་རེད།

བྱུང་མེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ཚུང་ལེན་པ་རེ་འགའ་ལ་མཚོན་ན། མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་
 བསམ་སྟོང་དང་ཤེས་ཡོན་ཡོད་ཚད་ནི་རྒྱུགས་ཁག་དང་ཐ་དད། རྒྱུགས་འགའ་དང་ངོ་བོ་ཐ་དད་
 ཀྱི་རང་ལུགས་བཅས་ཀྱི་སྤང་གཞིའི་ཐོག་ནས་བཟོས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། མོ་དབང་རིང་ལུགས་
 ཀྱི་ལྷ་བའི་ཐོག་ནས་ཁོང་ཚོས་ནང་སེམས་དང་བྱི་དངོས། རང་དང་གཞན། རྒྱ་མཚན་དང་སེམས་
 ཚོད། དོགས་གཞི་དང་འི་གཞི་བཅས་ལ་ཁ་གཏད་བཅག་སྟེ། དེ་ལྷ་བྱུང་སྤྱོད་ལུགས་འགའ་ཁྲོད་ནས་
 རྒྱུགས་གཅིག་ལ་རིན་ཐང་ཆེས་ཆེར་སྟོན་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བའི་ལམ་
 ལུགས་རང་བཞིན་དེས་བྱ་བཞག་ཡོད་ཚད་ལ་དམིགས་བསལ་སྟེ་ཆོད་བྱེད་ལྷག་ཅན་བཟོ་བཞིན་
 ཡོད་པས། ལམ་ཡང་སྤང་ཚུལ་ཤིལ་པོར་མཐོང་ཐབས་བྲལ་བ་རེད། སྤྱི་བོ་མོ་ལོས་དབང་སྤྱི་
 བྱས་པའི་ཤེས་ཡོན་དང་ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་གིས། མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་དེ་གསར་
 གཏོང་དང་རྒྱན་སྤོང་བྱས་ཡོད་པ་རེད།

དུང་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ཁོང་ནས། གནའ་ནས་ད་བར་བྱེད་མེད་རྣམས་ལ་རྒྱལ་སྤྱོད་
དང་བདེ་འཇགས་མེད་པའི་ཚོར་འཕྲུགས་སེམས་དོར་འཐེམ་ནས་ཡོད་པས། བྱེད་མེད་རྣམས་
དུས་རྒྱུན་རང་བྱིས་དང་ཁ་གྲུལ་སྤྱོད་ཀྱི་མེད་པ་རེད། བྱེད་མེད་རྣམས་ལ་དབལ་འཕྲོར་གྱི་ཚོགས་
ནས་བུ་གཞོག་བཏང་བ་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་ནས་དབང་བསྐྱུར་བྱས་ཡོད་པ་རེད། དེར་དུས་
སྤྱི་བྱེད་མེད་རྣམས་ཀྱིས་ནང་མིའི་ཁོང་དང་སྤྱི་ཚོགས་ནང་། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ནང་དུ་རྒྱལ་སྤྱོད་ལ་
གདོང་ལེན་བྱེད་བཞིན་པའི་ཁོང་དུ། ང་ཚོས་གསལ་པོར་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བ་ཞིག་ནི། རང་བྱིས་
དང་ལས་ཁུངས། བྱིས་མཚེས་སོགས་སུ་སྐྱེ་བ་མོ་ཡིས་བྱེད་མེད་ལ་རྒྱལ་སྤྱོད་སྐྱེ་བ་བཞིན་པ་
རྣམས་ཀྱི་རྒྱལ་ཏུ་སྤྱི་དགའ་ཡོད་པ་དེ་རེད། རྒྱ་རྒྱུན་དེ་དག་གིས། ད་ནི་བྱེད་མེད་རྣམས་ཀྱིས་
རང་ཉིད་སློ་སྤྱོད་ནང་གང་དུ་ཡིན་ཡང་། འཐབ་རྩོད་འདྲིའདྲི་དམིགས་པ་གཏང་ནས་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་
ལས་འགུལ་ཞིག་སྐྱེལ་རན་ཡིན་པ་རེད།

མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ཁོང་ཏུ་བྱང་མེད་ནི་རྣམས་ལུགས་ཅི་ཡང་མེད་པ་
ཞིག་ཡིན་ནམ།

གཞི་རྩའི་སྐྱེ་བ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་གལ་ཆེན་རང་བཞིན་གྱི་སྤྱེ་གནས་ཡོད་ཚད་ཀྱི་སྤོབས་
ལུགས་བརྒྱུད་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་འདི་ཙམ་གྱིས་བྱེད་མེད་རྣམས་ལ་མོ་དབང་རིང་ལུགས་
ཀྱི་རྣམས་པའི་ཁོང་དུ་སྤོབས་ལུགས་དང་ཐོབ་ཐང་། ལུགས་རྒྱུན་དང་ཐོན་ཁུངས་ཅི་གང་མེད་པ་
ཞིག་ཡིན་པར་མཚོན་མི་སྲུབ། དོན་དངོས་སུ་དབང་རྒྱུར་བྱ་ཡུལ་རྣམས་ཀྱི་འཇུག་ལུགས་མེད་
པར། མོ་མོ་འབྲེལ་མཉམ་རང་བཞིན་གྱི་ལམ་ལུགས་མཇུག་སྤྱོད་བྱེད་ཐབས་མེད་པ་རེད། མི་རེ་
འགར་གནས་སྤངས་དེའི་ཁོང་ནས་ཞེ་བཟང་ཡང་ཉོག་ཙམ་རྒྱ་གཞི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནི་མོ་དབང་
རིང་ལུགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་དངོས་དེ་རེད། བྱེད་མེད་རེ་འགའ་རྒྱལ་མོ་དང་སྤྱི་དོན་ཚོགས་ཀྱིས་
ནས་དབང་ཆ་བརྒྱུད་ཡོད་པ་རྣམས། ཆེ་ཆུང་ལ་མ་བཟུས་པར་ཞེ་བཟང་ཡང་གང་འཚམས་ཤིག་
རྒྱུ་ཡོད་སྤྱི་དཔེ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་འདི་ཙམ་གྱིས་སྤྱི་ཚོགས་དེ་སྐྱེ་བ་མོ་ཡིས་དབང་བསྐྱུར་

བྱེད་བཞིན་པའི་རྣམས་ལ་བསྐྱུར་ཐབས་ཡོད་པ་མ་རེད། བྱེད་མེད་རྣམས་ནི་ལམ་ལུགས་མང་པོ་
ཞིག་གི་ནང་དུ་དབྱེ་བྱེད་དང་དམན་སར་བཞག་ཡོད་པ་རེད། མཚུངས་བསྐྱུར་རང་བཞིན་གྱི་
དཔེ་མཚོན་ཞིག་བཏོད་ན། མ་ཅེ་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་དལ་ཚོལ་བ་རྣམས་ནི་ཉ་ཅང་
གི་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་སྟེ། ལུགས་གཞན་ཞིག་ནས་འཛིན་སྤྱོད་དོན་དམ་གྱི་ནང་དུ་ཡང་འཇུག་
ལུགས་བྱེད་སྤྱི་དབང་། མཐར་སྲུག་ན་ཁོང་ཅག་གིས་ཡོད་ཚད་ལ་སྤངས་འཛིན་བྱེད་ཐབས་
མེད་པ་རེད།

བཤད་སྤངས་གཞན་ཞིག་གིས་བཟོད་ན། བྱེད་མེད་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ནི་བྱེད་མེད་རྣམས་
ཅི་ཞིག་ཡིན་པ་དང་ཅི་ཞིག་བྱེད་བཞིན་པ་དེ་མ་རེད། དཀའ་ངལ་དངོས་ནི་བྱེད་མེད་ལ་རིན་ཐང་
ཅི་ཞིག་སྤྱད་ཡོད་མེད་དང་། མི་ལ་རིན་ཐང་སྤྱོད་མིན་གྱི་ཐོབ་ཐང་སུ་ལ་ཡོད་མེད་དེ་རེད། མོ་
དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ནང་དུ། བྱེད་མེད་ནི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤོབས་
ལུགས་དང་ཆེ་མཐོང་ཁོང་ནས་སྤྱིར་འཕྲུད་བཏང་བ་ཞིག་མ་རེད་མོད། དོན་དངོས་ཀྱི་དཀའ་
ངལ་ནི་སྐྱེ་བ་མོ་ཡིས་ཐག་བཅད་བྱས་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤོབས་གཞི་དེ་རེད།

ཡིན་ནའང་བྱང་མེད་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་མོ་ལ་རྟོགས་འདོགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད་དམ། ཁོང་
ཅག་གི་མཉམ་ཏུ་བཤད་མེད་ཆེ། མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་རྣམས་དེ་ནམ་ཡང་གནས་ཐབས་
ཡོད་པ་མ་རེད། ཁོ་མོ་ཚོས་མཉམ་ཏུ་བཤད་དོན་ག་དེ་ཡིན་ནམ།

མགོ་རྟོག་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱ་རྒྱུན་མང་དག་ཅིག་ཡོད་པའི་ཁོང་དུ་རྒྱ་རྒྱུན་འགའ་རེ་ནི་
པན་རྩོད་ཉ་ཅང་འབྲེལ་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན་ས་གནས་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་གི་དམག་མི་ཉེན་རྟོག་
པ་དང་། སྤྱི་དུ་བ་རྣམས་མེད་པ་ཡིན་ན། དེ་ལྟར་ལུགས་ཀྱི་དབང་རྒྱུར་བ་སྤངས་མོ་གང་གིས་རྒྱལ་
ཁབ་མང་པོ་དང་སྤྱི་དུ་ཐུན་མང་པོར་དབང་བསྐྱུར་ཐབས་མེད་པ་རེད། དེ་བཞིན་ཐུན་གཡོག་པ་
རྣམས་ཀྱི་ཐབས་རྒྱས་རང་བཞིན་གྱི་མཉམ་ཏུ་བཤད་མེད་པ་ཡིན་ན། ཐུན་གཡོག་རིང་ལུགས་དེ་
ལོ་རྒྱུས་ཁོང་དུ་དུས་ལུན་རིང་པོ་ཞིག་ལ་གནས་མི་སྤྱི་དཔེ་རེད། བྱེད་མེད་རྣམས་ལ་མཚོན་ན་

ཡང་གཞན་དོན་འདི་དང་གཅིག་པ་རེད། བྱད་མེད་རྣམས་ནི་ལམ་ལུགས་དེའི་བྱད་ཆས་གལ་
ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ནང་ལུལ་ནས་དེ་ལ་རིན་ཐང་སྤྱད་ཡོད་པས།
ཁོང་ཅག་ནི་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་པའི་ཁྱོད་ནས་རང་དབང་ཡོད་པ་ཞིག་མིན་པར། ང་ཚོས་
གོང་དུ་བརྗོད་པ་ལྟར། ཁོང་ཅག་ལ་ཡང་གོ་རིམ་འདིའི་ཁྱོད་ནས་ཁེ་བཟང་རྒྱ་གི་ཡོད་པ་རེད།
དེ་ལྷ་བྱའི་མགོ་རྣམས་རང་བཞིན་གྱི་འབྲེལ་བ་ཞིག་གིས་ཁོང་ཚོའི་འབྲེལ་ལམ་དེ་མཐུད་ནས་ཡོད་
པ་རེད།

སྐྱེས་པ་ཡོད་ཚད་ལ་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་པའི་ཁྱོད་ནས་ཁེ་བཟང་རྒྱ་གི་ཡོད་པ་
རེད་དམ།

དེས་ལན་དེ་ནི་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་གཉིས་ཆ་རེད། ཁེ་བཟང་རྒྱ་གི་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་
དོན་ནི། ཁོང་ཅག་སྐྱེས་པ་ཡིན་པས་རེད། ཁོང་ཚོར་འདོད་པ་ཡོད་མེད་ལ་མ་བལྟས་པར། སྐྱེས་
པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཐོབ་ཐང་དེར་རོལ་སྤོང་བྱེད་ཀྱི་རེད། ངལ་རྩོལ་བ་དང་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་ཞིག་ཡིན་
ཡང་རང་རང་གི་རྒྱུ་མའི་ཐོབ་ལ་སྤོབས་ལུགས་སམ་དབང་ཆ་ཡོད་པ་རེད། ལྷོ་ཤེ་ག་ཡ་ལ་
མཚོན་ན། སྐྱེས་པ་རྣམས་ལ་འགོ་སྤོང་དང་ཐོན་ལུངས་བཅས་ཀྱི་རང་དབང་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་རེད།
ཐ་ན་མང་གཞི་ལྷ་བྱའི་བཟའ་བུར་དང་འཕྲོད་བཞུན་སོགས་ཀྱི་ཆ་ནས་ཀྱང་དབང་ཆ་ཆེ་བ་ཡོད་
པ་རེད། ང་ཚོས་གོང་ནས་གོ་བཤུར་བྱས་ཐེན་པ་ལྟར། སྤྱི་ཚོགས་དང་ཚོས་ལུགས། བྱིས་ས་
ལུགས་དང་རིག་གཞུང་ལག་བཟུར་ཁྱོད་ནས་སྐྱེས་པ་རྣམས་ལ་ཉེན་རེའི་འཚོ་བའི་ཁྱོད་དུ་ཐོབ་
ཐང་ཆེན་པོ་སྤྱད་ཡོད་པ་རེད།

སྤོགས་གཞན་ཞིག་ནས་བལྟས་ན། མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལམ་ལུགས་
ཁྱོད་དུ་བྱད་མེད་ཡོངས་ལ་རྒྱུག་པ་ལེབ་རྒྱུང་གི་བསམ་སྤྱོད་དམིགས་བསམ་པ་ཞིག་གི་ནང་དུ་
བརྒྱུག་ཡོད་པ་ལྟར། སྐྱེ་བ་མོ་ལ་ཡང་རྒྱུང་གུད་མང་པོ་རྒྱུང་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་ཚོར་མོས་མཐུན་
ཡོད་མེད་ལ་མ་བལྟས་པར། སྐྱེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དགོས་འདུན་སྤོང་དགོས་པར་

མ་ཟད་འགན་འཁེབས་གཞན་རྣམས་ཀྱང་མང་པོ་ཞིག་གི་ལམ་ལུགས་ལ་ལུགས་པའི་ཐོབ་ཐང་འདུག་
དགོས་པ་རེད། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་དུ་མོ་ཉམས་དོད་པོ་མེད་པ་དང་རང་ལུགས་ཆེན་པོ་མེད་པ་
རྣམས་ལ་བྱད་མེད་ཀྱི་གཤིས་ཀ་ཡོད་པར་བསྐྱེད་ནས་འབྲུ་སྤོང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པར་ལྟར། སྐྱེས་
པ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་རང་གི་རྒྱུ་མ་དང་མཉམ་དུ་ཆོག་བརྗོད་འདྲ་མཉམ་བེད་སྤོང་བྱེད་མཁན་རྣམས་
ལ་ཡང་དམན་ལྷ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ངས་ངོ་ཤེས་པའི་སྐྱེས་པ་ཞིག་གིས་དུས་རྒྱུན་ནས་རྒྱ་
གར་གྱི་བྱད་མེད་ཞབས་ཐོ་འཁྲབ་རྒྱུར་སྤོང་བརྗོད་སྤོང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པར་མ་ཟད། འཚོམ་བཟོ་དང་
སྐྱེ་མ་སྐྱེ་བ་སོགས་བྱད་མེད་ཀྱི་བྱེད་ལས་ཡོད་ཚད་ལག་བཟུར་བྱེད་བཞིན་པར་བརྟེན། མི་རྣམས་
ཀྱིས་ཁོང་ནི་ནམ་རྒྱུན་ནས་ཁེ་བཟང་དགོད་བྱེད་ལུལ་ཞིག་དུ་ལྷ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། སྐྱེ་བ་མོ་ཡོད་
ཚད་ཀྱང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱུགས་ཆེ་བའི་ལམ་ལུགས་ནས་ཐོབ་ཐང་མེད་པས་རང་བཞིན་གྱིས་
འདོད་མོས་མང་པོ་ཞིག་ལ་ལུགས་ཐབས་མེད་པར་མ་ཟད། དུས་རྒྱུན་ནས་འཚོ་བའི་མཐུན་རྐྱེན་
མཁོ་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་སྤོང་བྱེད་པའི་འགན་འཁུར་དགོས་པ་རེད། མོ་ན་གཞོན་ཞིང་ཤེས་ཡོན་ཡོད་
པའི་སྐྱེས་པ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་ཁོང་གིས་ལས་ཀ་གཞན་བྱེད་ཀྱི་མེད་པར་ནང་ལས་ཅོག་ཅོག་བྱས་
ནས་བཟུང་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ན། མི་མང་པོ་ཞིག་གི་མཚར་འཛིན་གྱིས་མིག་སྤྱི་ཚོང་མ་
གཞེང་ཡོང་བར་མ་ཟད། ལས་དེ་ནི་བྱད་མེད་ལ་རན་པོ་ཡོད་པ་ལས་སྐྱེ་བ་མོ་ལ་རན་པོ་མེད་པ་
རེད། ཅེས་ཁོང་ལ་བརྗོད་དེས་རེད།

ཡིན་ནའང་རྒྱ་མཚན་གཉིས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་། གནས་སྤངས་འདི་ལྷ་བྱའི་དབང་བཟུང་
བྱས་པའི་བྱད་མེད་ཀྱི་གནས་བབ་དང་གཏན་ནས་བཟུར་ཐབས་ཡོད་པ་མ་རེད། སྐྱེས་པ་ཡོད་
ཚད་ཀྱིས་གོང་གི་འབྲུ་སྤོང་ཀྱི་གནས་སྤངས་དེ་ལྷ་བྱའི་མེད་པ་དང་། ཁོང་རྣམས་སྐྱེས་པ་
ཞིག་ཡིན་པའི་མིང་ཐོབ་ཐང་ནས་དབྱེ་འབྲེད་བྱས་མེད་པ་རེད།

ཀྱ་གར་རྫོང་ཕྱོགས་ཀྱི་གི་ར་ལ་(Kerala)མངའ་སྡེ་ནང་གི་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ཚོགས་
ཕྱོགས་(Nairs)གི་འབྲེལ་ཡོད་པ་རེད།

དོན་དངོས་སུ་ལོ་རྒྱུས་ཁྲིད་ཏུ་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་ཚུངས་པའི་དབང་
ཉལ་གང་ཡང་མེད་པར་མ་ཟད། མཚམས་ལམ་རྒྱ་རེར་མི་མང་སོ་ཞིག་གིས་སྐྱེས་པ་མག་པར་
སོང་ནས་ཚུངས་པའི་ནང་དུ་འདུག་པའི་ལམ་སྲོལ་(Matrilocal)དང་མོ་དབང་རིང་ལུགས་གཉིས་
ལན་ཚུན་ཞོར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། དོན་དངོས་སུ་ཀྱ་གར་རྫོང་ཕྱོགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་དེ་ནི་མ་རྒྱུད་
གཙོ་བོ་འཛིན་(matrilineality)དང་བྱུང་མེ་ལ་མག་པར་ཚུར་བསུ་བའི་(matrilocality)
ལམ་ལུགས་དེ་ཡིན་པ་རེད། བརྗེ་ཆད་འདི་གཉིས་ལ་དབྱེ་བ་བྱེད་ཚུ་དེ་གལ་ཆེན་སོ་ཡིན། མ་
རྒྱུད་གཙོ་བོ་འཛིན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་མིའི་རིགས་རྒྱུད་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་དེ་ཨ་མ་ལ་ཁུངས་གཏུག་
གི་ཡོད་པ་ལྟར། བར་གི་རྒྱ་ལོར་ཚང་མ་ཨ་མ་བརྒྱུད་ནས་བར་གི་བྱུང་མེད་ལ་བརྒྱུད་སྲོད་བྱེད་
ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ནང་དུ་གཅིག་བྱས་ན་བྱུང་མེད་དེར་མག་པར་བཞག་
རྗེས་རང་བྱིས་དུ་འདུག་གི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་མ་རྒྱུད་གཙོ་བོ་འཛིན་དང་མག་པར་ཚུར་བསུ་
བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཁྲིད་ཏུ་བྱུང་མེད་ཀྱི་གོ་གནས་དེ་ཉ་ཅང་གི་ཡག་སོ་རེད། ཡིན་ནའང་དེ་ལྟ་བུ་
ནི་ད་དུང་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་ལ་རེད། མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་
ནང་དུ་བྱུང་མེད་ཀྱིས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་དབང་ཆ་དང་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟེ་གནས་བརྒྱུད་ཡོད་
པར་མ་ཟད། དཔལ་འབྱོར་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་དབང་ཆ་ཡོངས་སུ་བརྒྱུད་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ཕྱོགས་
གཞན་ཞིག་ནས་བལྟས་ན། མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་ཡང་དབང་ཆ་དངོས་ནི་
བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱི་གཅེན་སོ་དང་ཨ་ཞང་རྣམས་ཀྱི་ལག་ཏུ་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱི་
ཚོགས་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ཁྲིད་ཏུ་བྱུང་མེད་ཀྱི་གནས་བབ་ནི་ཉ་ཅང་གི་ཡག་སོ་ཡོད་པ་བསྟོན་ཐབས་
མེད་པ་ཞིག་རེད།

ཀྱ་གར་རྫོང་ཕྱོགས་དང་བྱུང་ཤར་ཁུལ་དུ་ཡོད་པའི་མ་རྒྱུད་གཙོ་བོ་འཛིན་དང་མག་པར་
ཚུར་བསུ་བའི་ལམ་སྲོལ་གཉིས་ད་ཆར་སོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྟེ་གནས་ལྟེ་གནས་ལོག་ལྟར་

ཆག་ཏུ་འགོ་བཞེན་པར་མ་ཟད་ཅ་སྟོང་དུ་འགྱུར་ལ་ཉེ་བ་ལྟར། ད་ལྟ་བུའི་ལུགས་ཀྱི་ཁུལ་ཁོངས་
ནས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་འཛུམས་རང་བཞིན་དང་ལུལ་སྲོལ་མང་སོ་ཞིག་རང་བཞིན་གྱིས་བརྗེ་བསྐྱར་
བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། དེར་རབས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཁྲུབ་གངལ་གཏོང་བཞིན་པའི་ཁྲིད་ལས།
སྤྱི་ཚོགས་དེ་ཆེག་སྤྱི་ལ་གྱི་རོ་སོ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱར་བའི་དགོས་འདུན་འདོན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་
ནའང་སྤོན་ཆད་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཁྲིད་ཏུ་ལམ་ལུགས་མ་འདྲ་བ་བྱུང་ཚུངས་པ་དེས་ནང་མིར་བཞོད་
འདེམས་བྱེད་ཚུལ་དང་རྒྱ་ལོར་བརྒྱུད་སྲོད་བྱེད་སྟངས། གཞན་ཡང་ཁང་བྱིས་དང་རལ་ཚོལ་
སོགས་དང་འབྲེལ་བའི་ལམ་ལུགས་མང་སོ་བྱུང་ཚུངས་པ་བདེན་དབང་བྱེད་སྐབ་བ་དང་། ལམ་
ལུགས་ཡོད་ཚད་ལ་འགྱུར་བ་ཐེབས་མི་སྲིད་པའི་གོ་རིམ་དེ་འདྲ་གང་མང་མང་ཡོད་པ་རེད།
མཐར་ཐུག་ན་སོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྟེ་གནས་དབང་ཡོད་མི་སྤྱི་ཚོགས་བཞོས་པ་ཡིན་གྱི་སྤོན་ལས་ཡོད་
པའི་རང་བྱུང་ཚོས་ཉིད་ཅིག་མིན་པ་རེད།

མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས།

{འབྲེལ་བཞེད་ཁག་ཅིག་}

ད་ནི་ཁྲིད་ལ་སོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་རང་བཞིན་སྐྱོར་ནས་གསལ་སོ་
ཆགས་ཡོད་པའི་ཁྲིད་ཀྱི་ཡིད་དོར་ཤར་ཡོང་བའི་བྱི་བ་གཉིས་པ་ནི་སོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་
འབྱུང་ཁུངས་དང་། དོན་དངོས་སུ་སོ་དབང་རིང་ལུགས་ཟེར་བ་ཞིག་དང་ཚུངས་མིན་སྐྱོར་གྱི་དོགས་
འདྲི་དེ་ཡིན་པའི་སྟེན།

གཞུང་མི་རེ་འགས་ཡིད་ཆེས་ལྟར་ན། སྤྱི་ཚོགས་པ་ནི་དབང་སྐྱུར་བྱེད་དུ་སྤྱི་ཚོགས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་།
བྱུང་མེད་ནི་ག་དུས་ཡིན་ཡང་དབང་འོག་ཏུ་འཇུག་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་འབྲེལ་བཞེད་བྱེད་
ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། འཛིན་ཆེན་གྱི་ཚོས་ཉིད་ལྟར། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གལ་ལེན་ནི་སྤོན་ལས་ནས་ཡོད་པ་
ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། དེ་ལྟ་བུའི་ཚོས་ཉིད་ནི་བསྐྱར་ཐབས་མེད་པར་སྤྱི་ཚོགས་དུ་གནས་པའི་སྟེན།

བ་ཞིག་ཡིན་པར་ལྷ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། མི་ཁག་ཅིག་གིས་གོང་གི་ཡིད་ཆེས་དེར་གདོང་ལེན་
 བྱས་ཏེ། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གྲལ་རིམ་ནི་རང་བྱུང་གི་ཚོས་ཉིད་ཅིག་མིན་པར། དེ་ནི་དབང་རྒྱུར་མི་
 ལྷན་བཅོས་བ་ཞིག་ཡིན་པས་འགྲུར་བ་གཏོང་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པར་
 མ་ཟད། དེ་ལྷ་བྱུང་གྲལ་རིམ་དེ་ནི་སྤོང་མ་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་མིན་པར། དེ་ལ་འགོ་འཇུག་ས་
 ཞིག་ཡོད་པ་ལྷར་མཉམ་བ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཡོད་དགོས་པར་འདོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། འདས་པའི་
 ལོ་རྒྱུ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་དུ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གྲལ་རིམ་ནི་ཡོངས་ཁྲུབ་ཀྱིས་རང་བྱུང་གི་ཚོས་ཉིད་
 ཅིག་ཡིན་པར་ལྷ་བ་དང་སྤྱི་ཚོགས་གཞན་ནས་དེ་ནི་རང་བྱུང་གི་ཚོས་ཉིད་ཅིག་མིན་པར་ལྷ་བའི་
 སྤྱི་ཚོགས་ཁག་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་བཅོ་སྐྱོང་རེད་པོ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། མཚན་མས་འདི་ནས་ངས་བྱུང་
 མེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ཚོད་ལེན་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཐོ་དབང་རེད་ལུགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་གྲལ་རིམ་དེའི་
 གནས་བབ་དང་འགོ་ཁྲུངས་སོགས་ཀྱི་སྐོར་ལ་གྲིས་བའི་གཞུང་ལུགས་དེ་རྒྱུ་མཛོད་པ་སྤྱི་
 སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཞིག་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་གནས་ཚུལ་འདིར་མཐོང་བྱིན་པའི་གོ་རྟོགས་ཡོད་
 སྤྱིར་ཡིག་ཚགས་ཁག་གཞན་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སོམས་སྤྱི་ལ་ལྷ།

སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རིང་ལུགས་ལས་ཐོ་དབང་རེད་ལུགས་ལ་ལྷ་བའི་བསམ་ཚུལ།

སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རིང་ལུགས་ལ་མང་ཆེ་ཤོས་ཀྱིས་ཐོ་དབང་རེད་ལུགས་ནི་ཐོ་མོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཐོབ་
 ཀྱི་ཐོག་ནས་ཐག་བཅད་བྱས་ཐེན་བ་ཞིག་ལ་ཁས་ལེན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ལུས་ལིར་ནིར་
 (Gerda Lerner)ལ་མཚོན་ན། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རིང་ལུགས་ལ་རྣམས་ཀྱིས་ཚོས་ལུགས་དང་ཚོན་
 རིག་གི་སྤོང་བཞི་གང་ནས་བལྟས་ནའང་། བྱུང་མེད་ནི་དབང་རྒྱུར་ལུགས་ཞིག་ཡིན་པར་ལྷ་བ་
 ནི་ཡོངས་ཁྲུབ་ཡིན་པ་དང་། དེ་ནི་དགོན་མཚོག་གི་ཐག་བཅད་དམ་རང་བྱུང་གི་ཚོས་ཉིད་ཅིག་
 ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པས། དེ་ནི་འགྲུར་བ་གཏོང་ཐབས་གྲལ་བ་ཞིག་ཡིན་པར་བརྗོད་ཀྱི་
 ཡོད་པ་དང་། ད་བར་དུ་ཅི་ཞིག་གནས་ཡོད་པ་དེ་ནི་ཡག་ཤོས་ཡིན་པར་བརྗོད་དེ། གནས་སྤངས་
 དེ་རི་བཞིན་དུ་གནས་དགོས་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ལྷ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད།

ལུས་ལིར་ནིར་(Lerner)ཡིས་སྤོང་བཞི་རྒྱུར་རིང་ལུགས་ལ་རྣམས་ཀྱི་ཚོད་གཞི་དེའི་བརྗོད་སྤྱིར་
 རྟོག་གཅིག་ཏུ་སྤྱི་ལ་ཏེ། ཁོང་ཚོས་བརྗོད་བཞིན་པ་དེ་ནི་གཅིག་གྲལ་བ་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ཁྲུབ་
 ཁྲུངས་གང་ཞིག་ལ་ཁྲུངས་གཏུག་སྤེ། བྱུང་མེད་ནི་སྤྱི་བ་ཐོ་མོ་ཆེད་དུ་དབང་རྒྱུར་ཀྱི་འོག་ཏུ་
 གནས་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ལྷ་བཞིན་དེའི་དབང་གིས་ཁོང་ཚོར་བྱེད་ལས་མ་འདྲ་བ་ཞིག་
 སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཡོད་པར་བརྗོད་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། ལྷ་བཞིན་ཆེ་བའི་སྤྱི་ཚོགས་མང་པོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་
 ཐོག་མ་ནས་ཐོ་མོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཐོབ་ཀྱི་ཁྲུང་པར་ལ་གཞིར་བཞག་པའི་ཐོག་ནས་དམ་ཚོད་ཀྱི་དབྱེ་བ་
 བྱས་ཡོད་པར་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཐོ་མོ་གཉིས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཐོབ་ཀྱི་བྱེད་ལས་ནི་འདྲ་
 ཐོ་མིན་སྤྱི་ལས། ཐོ་མོ་གཉིས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འགན་དང་བྱ་བཞག་ཡོད་ཚད་ཀྱི་གཅིག་པ་མིན་
 པ་རེད། ཁོང་ཚོས་བསམ་ན་དེ་ལྷ་བྱུང་ཐོ་མོའི་ལུས་ཉེན་ཀྱི་ཁྲུང་པར་དེ་ནི་རང་བྱུང་ཡིན་པ་དང་
 དེའི་ཐོག་ནས་ཐོ་མོ་འདྲ་མཉམ་མིན་པའམ་སྤྱི་བ་ཐོ་མོ་དབང་བསྐྱུར་དེ་སྤྱི་ལ་ཡང་སྤོང་ག་འགྲུབ་
 ས་མེད་པ་རེད། སྤོང་བཞི་རྒྱུར་རིང་ལུགས་པའི་ཚོད་གཞི་ལ་མཚོན་ན། བྱུང་མེད་ཀྱིས་སྤྱི་ཚོགས་
 དང་ཁོ་ཚོའི་མི་ཚེ་ནང་གི་དམིགས་འབེན་དང་ཐོ་ནི་ཨ་མ་ཞིག་ཏུ་འགྲུར་རྒྱ་དེ་ཡིན་པར་བརྗོད་
 དེ། བྱེད་ལས་དང་ཐོ་ནི་སྤྱི་ལ་བཅས་ནས་གཉོར་སྤོང་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཡིན་པར་འདོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།
 ཚོད་གཞི་འདིའི་ཡང་སྤྱིར་གཙོ་ཐོ་ནི། སྤྱི་ཚོགས་ལ་ལུས་ཉེན་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཆེན་པོ་སྤྱི་ཚོགས་
 ཐོ་ཡོད་པ་དང་། དུས་རྒྱུན་ནས་རྗེས་པའི་ལས་དང་འཚོ་བའི་དགོས་པ་ཁོ་བསྐྱུབ་རྒྱ། དམག་མི་
 སོགས་ཀྱི་ལས་ཀ་གཉེར་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་བྱུང་མེད་ནི་དུས་རྒྱུན་ནས་སྤྱི་བ་ཐོ་མོ་སྤྱིར་
 སྤྱི་བ་ཀྱི་འོག་ཏུ་སྤྱི་གི་སྤྱི་འབེལ་བྱས་ཏེ། སྤྱི་ཚོགས་ལ་གཉོར་སྤོང་བྱེད་རྒྱ་དེ་གཙོ་ཐོ་ཡིན་པ་
 རེད། འདི་ལྷ་བྱུང་སྤྱི་ཚོགས་ཐོབ་རང་བཞིན་ཀྱི་འབྲེལ་བ་འདྲ་བའི་གདོང་མའི་རྗོ་ཆས་དུས་རབས་ནས་
 དེ་རིང་གི་བར་དུ་ཡོང་ཡོད་པས། རང་བཞིན་ཀྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཐོ་ནི་སྤྱི་ཚོགས་དུས་རབས་ཁྲུང་འབགས་
 སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཡིན་པར་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

ཡིན་ནའང་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ནི་ནང་མི་གང་ཞིག་གི་འཚོ་བའི་དགོས་པ་ཁོ་སྤོང་མཁུན་དང་སྤྱི་ཚོགས་
 དུས་ནས་མཚོག་ཏུ་སྤྱི་བའི་འབྲེལ་བ་རྗོད་དེ་ནི་རྗོད་བྱེད་པ་དང་འཚོ་ཐབས་སྤྱི་བའི་སྤྱི་ཚོགས་
 ཀྱི་ནང་དུ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པ་བརྒྱུད་ནས་ངོས་ལེན་བྱས་མེད་པ་རེད། སྤྱི་ཚོགས་མང་པོའི་ནང་

དུ་སྐྱེ་བ་ལོ་ཡིས་རྩོན་གྱིས་ནས་འཚོ་བའི་བཟའ་བཏུང་འཚོལ་ཞིབ་ཀྱི་གཞན་དོན་དེ་ནི་མཚམས་
 ལན་རེར་མ་གཏོགས་ཡོང་གི་མེད་པ་དང་། ཁྲིམ་གཅིག་གི་ཉིན་རེའི་འཚོ་བའི་བཟའ་བཏུང་མང་
 ཤོས་ནི་སྐྱེད་མ་དང་སྐྱ་གུ་རྣམས་ཀྱིས་འཚོལ་ཞིབ་གྱིས་རྣམས་སྐྱུན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། རྩོན་གྱེད་པ་
 དང་བཟའ་བཏུང་གྱི་ནས་སྐྱུག་བཞིན་པའི་སྐྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་དུ་སྐྱེ་བ་ལོ་དང་མོ་ཡི་བར་དུ་ཁ་སྐྱོང་
 གྱེད་དགོས་བའི་དབང་རྟགས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། མ་ན་སྣེ་ཨེ་ཤ་ཡའི་ནགས་ཚལ་གྱི་
 ཚོགས་ནང་དུ་དུས་དེ་རིང་ཡང་བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་ལ་བརྩེ་བཀའ་ཚད་མཐོན་པོ་གྱེད་
 དགོས་པར་མ་ཟད། སྐྱེ་བ་ལོ་ལོ་གཉིས་ལས་བྱུང་མེད་ཀྱི་གནས་སྐྱེད་པ་དེ་སྣོད་བཅོས་ཀྱིས་
 ཡག་པོ་ཡོད་པ་རེད། དེ་དང་འབྲེལ་ནས། གལ་ཏེ་སྐྱེས་པ་ནི་ཁྱེད་འཕགས་ཤིག་ཡིན་པ་དང་པོ་
 མོའི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བའི་སྐྱེད་ནས་འགན་འཁུར་སྐྱེད་པ་དེ་རང་བྱུང་ཞིག་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བཏང་
 བ། ང་ཚོའི་སྐྱི་ཚོགས་མ་འདྲ་བའི་ནང་དུ་སྐྱེས་པོ་མོ་གཉིས་ཀྱི་འགན་འཁུར་སྐྱེད་པ་ལ་ཁྱེད་པར་
 ཚེན་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་རྙེད་ཐབས་མེད་པ་ལྟ་བུ་རེད། སྔོན་རྒྱུན་དང་གདོད་མའི་སྐྱི་ཚོགས་མང་
 པོའི་ནང་དུ་སྐྱེས་པོ་མོ་གཉིས་ཀྱི་དབང་ཚའི་གལ་རིམ་གྱི་གནས་སྐྱེད་པ་ལ་ཁྱེད་པར་མེད་པ་དེ་
 འདྲ་ཡོད་པ་རེད།

དེ་ལྟ་བུའི་སྔོན་རྒྱུན་གྱི་ལྟ་བུ་ཞིན་ཅུ་མ་ཡིན་པར་ཚན་རིག་པ་རྣམས་པ་དེ་འདྲའི་གཞུང་
 ལུགས་ནང་དུ་ཡང་སྐྱེས་པ་ནི་མཚོགས་སྐྱེད་ཞིག་ཡིན་པ་དང་བྱུང་མེད་ནི་དམན་པ་ཞིག་ཡིན་
 ལུགས་འི་ལ་བསྐྱུགས་ཀྱིས་བདེན་དབང་གྱེད་ཐབས་བྱས་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་ཚོས་བརྗོད་ན་བྱུང་
 མེད་ཀྱི་མངལ་དུ་སྐྱ་གུ་ཚགས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། དུས་རྒྱུན་ནས་ལྷ་མཚན་འབབ་ཀྱི་ཡོད་སྐབས་
 ལྟོབས་ལུགས་ཉམས་ཡོད་པར་བརྗོད་བཞིན་ཡོད་པ་རེད།

མཚན་ཉིད་རིག་པ་བ་ཨ་རེ་མི་ཨོ་ཨོ་ཨོ་(Aristotle)ཀྱིས་ཀྱང་སྐྱ་གུ་བུ་དེ་གཅིག་
 མཚུངས་ཤིག་བཤད་པའི་ནང་དུ། སྐྱེ་བ་ལོ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་ཉུང་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་སྐྱེ་བ་
 མོ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་ཉམས་ཚུང་བ་ཞིག་ཡིན་པར་བརྗོད་དེ། བྱུང་མེད་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་རང་
 ཚུགས་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། བྱུང་མེད་ནི་སྐྱེས་དུས་ནས་དམན་པ་ཞིག་ཡིན་སྐབས་
 རུས་པའི་ཆ་ནས་ཡང་དམན་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ལྟར། རྒྱ་མཚན་ལ་འཇུག་བྱས་པའི་རུས་པ་མེད་

ཅང་ཐག་གཅོད་ཀྱི་རུས་པ་ཡང་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ཚུལ་བརྗོད་ཡོད་པ་རེད། སྐྱེ་བ་ལོ་ནི་ཁྱེད་
 འཕགས་ཤིག་ཡིན་པར་བརྗོད་གཞན་པ་རོལ་བོ་ཞིག་དབང་དུ་བསྐྱེད་པའི་ཚེད་དུ་སྐྱེས་ཡོད་པ་
 དང་། བྱུང་མེད་ནི་གཞན་གྱིས་དབང་དུ་བསྐྱེད་ཡུལ་དུ་སྐྱེས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་པར་འབྲེལ་བརྗོད་
 གྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་གིས་སྐྱེས་པ་ཞིག་གི་སྐྱེད་སྣོད་ལས་ཞེ་གཞན་ལ་བཀའ་གཏོང་རྒྱ་དེ་
 ཡིན་པ་དང་བྱུང་མེད་ཀྱི་སྐྱེད་སྣོད་ལས་ཞེ་གཞན་གྱི་བཀའ་བརྩེ་དང་ལེན་གྱེད་རྒྱ་དེ་རེད། ཅེས་
 བརྗོད་ཡོད་པ་རེད། བྱུང་མེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ཚོད་ལེན་པ་ཁག་གིས། དེར་རབས་སྐྱི་ཚོགས་ཀྱི་
 སེམས་ཁམས་རིག་པའི་ནང་དུ་གོང་གི་ལྟ་བུ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད་པར་བརྗོད་དེ། སེམས་ཁམས་
 རིག་པ་བ་དེ་དག་གིས་བྱུང་མེད་ཀྱི་སེམས་ཁམས་ནི་བྱུང་མེད་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་བྱུ་བ་ཆས་ཐག་གཅོད་
 ཀྱི་ཡོད་པས། བྱུང་མེད་ཀྱི་རུས་པ་དང་འགན་འཁུར་ཡང་དེ་ཅུ་ལས་མེད་པར་བརྗོད་འདུག

ལྷ་ཞབས་རྩེ་ཏུ་ཏུ་(Sigmund Freud)ཡིས་བརྗོད་པའི་དཔེ་མཚོན་ཞིག་ནི། བྱུང་
 མེད་ཀྱི་གནས་སྐྱེད་པ་དེ་རང་གི་གཞུགས་གཞིའི་བྱུ་བ་ཚུལ་དེ་རེད་ཟེད། ཁོང་གིས་སྐྱེ་བ་ལོ་ནི་
 རྒྱུན་རྒྱུན་གྱི་སྐྱེ་བོ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། བྱུང་མེད་ནི་པོ་མཚན་ལས་པའི་ཡན་གར་པའི་སྐྱེ་བོ་ཞིག་
 རེད་ཅེས་བརྗོད་དེ། བྱུང་མེད་ཀྱི་སེམས་ཁམས་ཀྱི་སྐྱོན་གཞི་ཡོངས་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་རུས་
 ལྟོབས་མེད་པའི་གནས་སྐྱེད་པ་དེ་དམིགས་པ་གཏོང་རྒྱ་དེ་རེད་ཟེད། ལྷ་ཞབས་རྩེ་ཏུ་ཏུ་(Sig-
 mund Freud)ཡི་ལྟ་བུ་དེ་ནི་སྐྱེད་གལས་ཆགས་ནས་ཤེས་ཡོན་སྣོད་མཁུང་དང་སྐྱི་ཚོགས་
 བྱུང་གི་ལས་འགུལ་བ། མི་མང་སྐྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཆ་འཛོགས་གྱེད་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད།

མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་སྐྱེ་བ་ལོ་ནི་མཐོ་བ་ཡིན་པའི་གཞུང་ལུགས་འདིར་གཏོང་ལེན་
 བྱས་ཏེ། པོ་རྒྱུས་དང་ཚན་རིག་གི་ཐོག་ནས་སྐྱེ་བ་ལོ་ནི་མཐོ་བ་ཡིན་པའི་འབྲེལ་བརྗོད་ཀྱི་བདེན་
 དབང་གཅིག་གྱུང་མེད་པ་གསལ་པོ་བཅོས་ཡོད་པ་རེད། འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱིས་རང་ཉིད་རང་
 བྱུང་ཁམས་དང་བར་ཐག་རེ་རིང་དུ་བཏང་སྟེ། ཡོད་ཚད་ལ་འགྱུར་བ་གཏོང་གི་ཡོད་པ་རེད། སྐྱེ་
 ལྟོབས་ཞིན་མའི་རིགས་ཀྱི་དམིགས་འབེན་ཡིན་སྟེད་ཀྱི་མ་རེད། ཅུ་པའི་པོ་མོ་གཉིས་ཀྱི་སྐྱེས་
 ཐོབ་ཀྱི་གཞུགས་གཞིའི་སྟེང་དུ་ཁྱེད་པར་ཏོག་ཅུ་ཡོད་པ་ལྟར་འགན་འཁུར་འཁུའི་ཐད་ནས་ཀྱང་ཁྱེད་
 པར་ཏོག་ཅུ་ཡོད་སྟེད་པའི་དབང་དུ་བཏང་ནའང་། དེ་ནི་པོ་མོ་དབྱེ་འབྲེད་ཀྱི་མང་གཞིའི་ཐོག་

ཏུ་བཞག་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གྲུ་ལ་རིམ་དུ་བྱེད་ཅིག་ཏུ་སྤྱར་ཏེ་སྤྱི་བོ་ཡིས་བྱུང་མེད་ལ་དབང་
བསྐྱར་བྱེད་པའི་ལམ་ལུགས་ཤིག་ཡིན་དགོས་པའི་རེས་པ་མེད་པ་རེད། ལམ་ལུགས་འདིའི་ཚ་
བའི་ལུ་བ་ཆ་སྟོན་འདོན་བྱས་ཡོང་དུས། མོ་དབང་རིང་ལུགས་ནི་མོ་རྒྱས་ཁོང་དུ་མིས་བཅོས་
བ་ཤ་སྟེ་ཡིན་པའི་རེས་པ་རྙེད་ཡོང་།

གཞུང་ལུགས་གང་ཞིག་གིས་ཡོང་བྱུང་གི་ཐོག་ནས་བྱུང་མེད་དམན་སར་འཛིན་པར་ཁས་
ལེན་མེད་པ་དང་། མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ལ་རྒྱས་ཡོན་བྱེད་རེས་མཉམ།

མོ་རོ་སྟོང་ལྷག་གི་རིང་དུ་མོ་མོ་གཉིས་ཀྱིས་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བའི་འབྱུང་
ཁུངས་ལ་འཚོལ་ཞིབ་བྱས་ཏེ། ལམ་ལུགས་འདི་ག་དུས་ཤིག་ལ་དགོས་དབང་གང་གི་སྤྱིར་ཏུ་
འགོ་རྒྱུགས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། མོ་དབང་རིང་ལུགས་མ་དར་སྡོམ་ལ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཁོང་དུ་མོ་
དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་རང་བཞིན་ཞིག་གི་འོག་ཏུ་སྤྱི་བོ་རྣམས་བྱུང་མེད་ནང་བཞིན་
དམན་སར་འཛིན་གྱི་ཡོད་མེད་དང་། གཞན་ཡང་དེ་དུས་མོ་མོ་གཉིས་འབྲམ་མཉམ་ཡིན་མིན། དེ་
དང་དེ་བཞིན་དུ་མོ་མོ་གཉིས་ལ་ལས་བཞོ་བྱེད་སྤྱངས་སོགས་གང་འདྲ་ཡིན་མེན་བཅས་ལ་ཤེས་
རྟོགས་ཡོང་ཆེད་འབད་བཞེན་གནང་ཡོད་པ་རེད། རི་བ་འདི་དག་རྗེས་ནས་མོ་དབང་རིང་ལུགས་
ཀྱི་འགོ་ཁུངས་ལ་ལན་འདེབས་བྱེད་རྒྱ་ནི་ར་ཚོས་འདས་པའི་མོ་རྒྱས་ཤེས་འདོད་ཀྱི་མཚར་
འཛིན་རང་བཞིན་གྱི་ཐོག་ནས་ཡིད་མཁྱེད་ཏུ་འཇུག་རྒྱ་གཅིག་ལུ་ཡིན་པར། མོ་དབང་རིང་
ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་དེར་གདོང་ལེན་བྱས་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་གི་གྲུ་ལ་རིམ་དེ་སྟོན་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་
རེད། གང་ཞིག་འབྱུང་བ་གཏོང་རྒྱུའི་ཐབས་རྒྱས་དེ་ནི་གཞུང་ལུགས་གང་ཞིག་ཤེས་པའི་སྟོ་
ནས་ཅི་ཞིག་བསྐྱར་བཅོས་གཏོང་དགོས་པ་དེ་རེད། སུ་གཅིག་གིས་ཀྱང་མོ་དབང་རིང་ལུགས་
ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཐད་ཀྱི་འགྲེལ་བཞེད་དེར་ཁས་ལེན་བྱས་མེད་པ་རེད། ར་ཚོས་འདི་ནས་གཞུང་
ལུགས་རེ་འགའ་ཞིག་གི་ཚ་བ་མདོར་བསྐྱས་སུ་ལྷ་བར་བྱེད།

སྐུ་ཞབས་ཡིན་ལྟེ་ལ'(Angel)ཀྱིས་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ལ་འགྲེལ་བཞེད།

ཕྱི་ལོ་1845 ལོའི་སྐུ་ཞབས་ཡིན་ལྟེ་ལ'(Frederick Engels)ཀྱི་<<ནང་མིའི་
འབྱུང་ཁུངས། མྱེར་བདག་རྒྱ་ལོར་དང་སྤིང་གཞུང། >>ཞེས་པའི་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ནང་དུ། མོ་དབང་
རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བའི་འབྱུང་ཁུངས་ཐད་ཀྱི་འགྲེལ་བཞེད་གལ་ཆེན་ཞིག་སྟེ་ལོད་པ་རེད། སྐུ་
ཞབས་ཡིན་ལྟེ་ལ'(Frederick Engels)ཀྱིས་ཡིད་ཆེས་ལྷར་ན། བྱུང་མེད་ལ་དམན་སར་
ལྷ་བའི་ལམ་ལུགས་དེ་ནི་མི་སྐེར་གྱི་དཔལ་འབྱོར་གོང་མཚོར་སོང་བ་དང་སྟན་ཏུ་སྟེ་བས་པ་ཞིག་
ཡིན་པ་དང་། མོ་རྒྱས་ཀྱི་ཁོང་དུ་བྱུང་མེད་ལ་ལམ་ཉེས་བྱུང་ཡོད་པར་བཞེད་འདུག ཁོང་གིས་
བཞེད་པ་སྟར་ན། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་བྱུང་མེད་ལ་དམན་སར་སྟོན་པ་གཉིས་ནི་མོ་རྒྱས་ཀྱི་
ཁོང་དུ་ག་ལེར་གོང་འཕེལ་དུ་སྤྱི་བོ་ལེག་ཡིན་པ་དང་། ཁོང་གིས་སྡོམ་ཆད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་
དུ་མོ་མོའི་རྟུགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་རིགས་དབྱེ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པའི་དུས་སྐབས་ཤིག་ཡོད་ཚུང་
བའི་ཐད་ནས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་རོས་གསུམ་ཡོད་པར་བཞེད་པ་ནི། དམུ་ཚོད་དང་ཟླ་ཚོ་དང་དཔལ་
ཡོན་དང་བའི་དུས་སྐབས་བཅས་རེད། དམུ་ཚོད་ཀྱི་དུས་སྐབས་སུ། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་མི་རྣམས་
ནི་སེམས་ཅན་ལྷར་འཚོ་བ་སྤྱེལ་གྱི་ཡོད་པར་བཞེད་དེ། རི་དུགས་རྩོན་པ་དང་ནགས་ཚལ་ཁོང་
དུ་བཟའ་བཏུང་བཅོམ་ནས་འཚོ་བཞིན་པ་དང་། རིགས་རྒྱུད་ནི་ཨ་མར་ཁུངས་གཏུག་གི་ཡོད་
པ་དང་། སྐབས་དེར་གཉེན་སྦྲིག་དང་སྐྱེར་གྱི་རྒྱ་ལོར་བདག་འཛིན་སོགས་ཀྱི་ལྷ་བ་མེད་པ་རེད།
ཟླ་ཚོའི་དུས་སྐབས་སུ་རི་དུགས་རྩོན་པ་དང་ནགས་ཚལ་དུ་བཟའ་བཏུང་འཚོལ་བ་སོགས་ཀྱི་
ལམ་ལུགས་རྒྱུན་བསྐྱར་ནས་ཡོང་ཡོད་ནའང་། སྐབས་དེ་ནས་བཟུང་ཞིང་འདེབས་པ་དང་
སེམས་ཅན་བདག་བཟུང་བྱེད་རྒྱུའི་འགོ་རྒྱུགས་ཡོད་པ་རེད། རི་དུགས་རྩོན་པའི་ཁོང་ནས་སྤྱི་
བོ་མོ་རྣམས་ཐག་རིང་དུ་འགོ་འགོ་རྒྱུགས་པ་དང་། བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱིས་བྱིས་པར་ལྷ་སྟོང་བྱེད་
ཞོར་དུ་རང་ཁྱིམ་སྤང་ནས་བསྐྱད་ཡོད་པ་རེད། སྐབས་དེ་དུས་ནས་མོ་མོའི་དབྱེ་བར་གཞི་བྱས་
པའི་འལ་ཚོལ་གྱི་རིགས་ལ་དབྱེ་བ་བྱེད་འགོ་རྒྱུགས་ཡོད་ནའང་རིགས་རྒྱུད་ཡོད་ཆད་བྱུང་མེད་
ལ་ཁུངས་གཏུག་གི་ཡོད་པ་དང་། སྐབས་དེར་རིགས་རྒྱུད་གཅིག་གི་ནང་དུ་དབྱེ་བ་མེད་ཀྱང་།

རིགས་རྒྱུད་གཞན་པ་དང་མཉམ་དུ་ཚོད་རྫོག་ཡོང་བའི་འགོ་རྒྱུགས་ཡོད་པ་རེད།

འགོ་བ་མི་ཡིས་སྤྲུལ་སྤྲོད་མེས་མས་ཅན་བདག་བཟུང་བྱེད་འགོ་རྒྱུགས་པ་དང་སྣོན་
དུ་སྐྱེ་འཕེལ་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཡང་ཐོག་མར་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བས། རི་དྲུགས་མེས་མས་ཅན་རྫོན་པའི་
ལས་གཞི་རྒྱ་ཆེར་བཏང་སྟེ་ལག་ཆའི་རིགས་ཀྱང་ཡར་རྒྱས་གཏོང་འགོ་རྒྱུགས་པ་དང་། རིགས་
རྒྱུད་ནང་ལྷན་དུ་འཁྲིལ་འཛིན་བྱེད་འགོ་རྒྱུགས་པར་མ་ཟད། བློ་གཤམ་གྱི་ལས་ལྷན་ཀྱང་
ལག་བཟུང་བྱེད་འགོ་རྒྱུགས་ཏེ། རིགས་རྒྱུད་མང་པོས་བློ་གཤམ་གྱི་དང་མེས་མས་ཅན་མང་པོ་
གསོག་རྒྱུར་འགྲན་ཚོད་བྱས་པ་བརྒྱུད་ནས་དམིགས་བསལ་གྱི་བྱུང་མེད་བློ་གཤམ་མང་པོ་
གསོག་འགོ་རྒྱུགས་པ་དང་མཉམ་དུ། རང་བཞིན་གྱིས་པོ་མའི་དབྱེ་བ་དེ་ལྷགས་ཆེར་བྱེད་པ་
རེད། ལྷན་པས་དེ་ནས་བཟུང་སྐྱེ་བ་མི་ཡིས་མེས་མས་ཅན་དང་བློ་གཤམ་མང་པོ་བདག་ཏུ་བཟུང་
ནས་རང་གི་དབང་ཆ་རྒྱ་བསྐྱེད་འགོ་བརྒྱུགས། ལྷན་པས་དེ་ནས་བཟུང་སྐྱེ་བ་མི་ཡིས་རང་གི་དབང་
ཆ་དང་རྒྱ་ལོར་བསགས་ཏེ་རང་གི་བྱིས་པ་རྣམས་ལ་བརྒྱུད་སྤོང་བྱེད་འགོ་རྒྱུགས་པའི་ཁྲོད་ནས།
ཨ་མའི་དབང་ཆ་ཡོད་ཚད་ཚད་རྫོགས་བྱས་པ་རེད། དེ་དང་བསྟུན་ནས་ཨ་མའི་དབང་ཐང་ཆེར་
བསྐྱེད་པའི་ཆེད་དུ། བྱུང་མེད་ཡོད་ཚད་ནང་དུ་བཀག་ནས་ཆགས་སྟེད་ལ་སྦྲངས་འཛིན་བྱེད་
འགོ་རྒྱུགས་པ་ཡོད་པ་རེད། ལྷ་ཞབས་ཨིན་ཞིལ་(Engels)ལ་མཚོན་ན། ལྷན་པས་དེ་ནས་བཟུང་
པོ་དབང་རིང་ལུགས་དང་བཟུང་སྐྱེ་བ་མི་ཡིས་མེས་མས་ཅན་གྱི་ལས་ལྷན་གྱི་ལས་ལྷན་གྱི་ལས་ལྷན་
པར་འདོད། ལྷ་བ་མི་ཡིས་དབང་རྒྱུར་བྱས་ཡོད་པའི་ལས་ཀའི་ཁྲོད་ནས་འཚོ་བའི་དགོས་མཁོ་
འདོན་ཚད་མཐོ་དུ་བྱེད་པ་དང་མཉམ་དུ་བྱུང་མེད་རྣམས་དབལ་འཕྲོར་གྱི་ཐོག་ནས་སྐྱེ་བ་མི་ལ་
བཞེད་དགོས་པ་ཞིག་ཆག་ཡོད་པ་རེད།

ལྷ་ཞབས་ཨིན་ཞིལ་(Engels)ལ་མཚོན་ན། དེར་རབས་གྱི་དབལ་ཡོན་ནང་དུ་བྱུང་
མེད་རྣམས་རང་ཁྲིམ་དུ་བཀག་སྤོང་བྱེད་དོན་ནི་མ་འོངས་པའི་རྒྱ་ལོར་བརྒྱུད་སྤོང་བྱེད་པའི་སྤྱ་
གྲ་སྐྱེ་འཕེལ་གྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་དང་། ཁྲོད་གིས་དུས་ལྷན་པས་དེ་ནི་གཉེན་སྲིག་གི་ཁྲོད་དུ་རྒྱུང་བ་
གཉེས་འཕྲུགས་ཀྱི་དམིགས་འབེན་དང་ས་ཐོག་མ་དེ་ཆག་ཡོད་པར་སྦྲུམ།

ཁྲོད་ལ་མཚོན་ན། མིང་གཞུང་ཡར་རྒྱས་བྱུང་བ་དང་མཉམ་དུ་བཟུང་སྐྱེ་བ་
གྱི་ལས་ལྷན་པ་དེ་ནི་པོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ནང་མའི་ལས་ལྷན་པར་བཞིན་དུ་བྱུང་ཡོད་པ་
དང་། ལས་ལྷན་པ་དེའི་ཁྲོད་ནས་རྒྱུང་མའི་ནང་ལས་ཀྱི་དཔེ་རྩལ་ནི་མི་སྐྱེར་གྱི་ཞབས་ཞུའི་ངོ་
པོར་བྱུང་ཏེ། རྒྱུང་མ་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཐོན་སྐྱེད་གཞན་གང་དུ་ཡང་འཕྲུལ་ཞུགས་མེད་པའི་ཐོག་
ནས་ཞབས་ཞུ་བའི་བཀོད་འདོམས་པ་ཆགས་པ་རེད།

ཨ་མའི་རང་དབང་འཕྲོག་པ་ནི་འཛམ་གླིང་ལོ་རྒྱུས་ཁྲོད་དུ་བྱུང་མེད་ལ་བཅས་ཉེས་བྱུང་
བ་ཞིག་དང་། ལྷ་བ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་རང་ཁྲིམ་དུ་ཡང་བྱུང་མེད་ལ་བཀའ་བཀོད་གཏོང་བའི་ཁྲོད་
ནས་བྱུང་མེད་ནི་སྐྱེ་བ་མི་ཡི་བློ་གཤམ་གྱི་དང་རྒྱུ་བྱ་སྐྱེ་བའི་ལག་ཆ་ལྷ་བྱུང་གྱུར་ཡོད་པ་དང་། བྱུང་མེད་
ནི་སྐྱེ་བ་མི་ཡི་འདོད་ཞེན་གྱི་བློ་གཤམ་གྱི་དང་རྒྱུ་བྱ་སྐྱེ་བའི་ལག་ཆ་ལྷ་བྱུང་གྱུར་ཡོད་པ་རེད།
ལྷ་ཞབས་ཨིན་ཞིལ་(Engels)ཀྱིས་འཕྲོར་སྤྲོད་གསུངས་པའི་གྱི་བྱུང་མེད་དང་འཕྲོར་མེད་གསུངས་
པའི་གྱི་བྱུང་མེད་གཉེས་བར་ལ་དབྱེ་བ་བྱས་ཡོད་པ་རེད། ཁྲོད་གི་དབྱུང་ཞིབ་ལྷན་ན། འཕྲོར་
སྤྲོད་གསུངས་པའི་གྱི་བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱིས་ཁྲིམ་གྱི་སྤྱི་ལོགས་སུ་ལས་ཀའི་བྱེད་པར་སྤྲུགས་ཡོངས་
ནས་རང་གི་ཁྲོ་ག་ལ་ཉེན་ཡོད་པ་རེད། ཁྲོད་གིས་བྱུང་མེད་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཅེ་ལག་ལྷན་པོས་འཛིན་
བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། བྱུང་མེད་ཀྱི་ལས་ལྷན་གཙོ་བོ་ནི་རྒྱུད་འཛིན་པ་སྐྱེ་འཕེལ་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཡིན་
པ་དང་། འཕྲོར་མེད་གསུངས་པའི་གྱི་བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱིས་རང་ཐོན་སྐྱེད་བརྒྱུད་ནས་སྐྱེ་བ་མི་
གཉེན་གཞོན་མེད་པར་བཞེས་ཡོད་པ་རེད། འཕྲོར་མེད་གསུངས་པའི་གྱི་བྱུང་མེད་ལ་རྒྱ་དངོས་དང་
འབྲེལ་བའི་གཉེན་གཞོན་དེ་མེད་པ་དང་། ལྷ་བ་མི་ཡི་དབང་བརྒྱུར་ཡོད་ཚད་གཙོ་བོ་བྱུང་བྱས་
ཏེ་བྱུང་མེད་ལ་གཉེན་གཞོན་གྱི་རིགས་མེད་པ་རེད། གལ་ཏེ་བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱིས་ད་དུང་སྐྱེ་བ་
མོ་ཡི་དབང་བརྒྱུར་ཚོར་གྱི་ཡོད་ན། དེ་ནི་འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལྷགས་རྒྱུན་ཅམ་ཡིན་ཞིང་།
དུས་ནས་ཞིག་ལ་གསུང་བ་རྗེ་བྱུང་མཚམས་སུ་གཉེན་གཞོན་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡལ་རེས་པ་
ཞིག་རེད། ལྷ་ཞབས་ཨིན་ཞིལ་(Engels)ལ་མཚོན་ན། འཕྲོར་མེད་གསུངས་པའི་གྱི་བྱུང་མེད་
རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་ཁྲོ་ག་རྣམས་སྐྱེར་བདག་རྒྱ་ལོར་གྱི་གོ་དབང་ལས་མར་འཕབ་པའི་འཕབ་
ཚོད་གཞན་དགོས་པར་སྦྲུམ།

སྐྱེ་ཞབས་ཡིན་ཞེས་(Engels)དང་མ་ཁེ་སིའི་རིང་ལུགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བྱུང་མེད་ལ་མཐོང་ཚུང་བྱེད་པ་དེར་དབུ་ལ་འབྱོར་གྱི་གནས་སྐབས་ཁོ་ཙེ་ཐོག་ནས་འབྲེལ་བཅོལ་གནང་གནང་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་ཚོས་བཅོལ་ན། སྐྱེ་བདག་གི་རྒྱ་ལོར་མེད་པར་བཅོས་ཏེ་བྱུང་མེད་རྣམས་དཔལ་ཚུལ་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན་ན། མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་གནས་སྐབས་དེ་ག་ལེར་ཡལ་རེས་བ་ཞིག་ལ་འབྲེལ་བཅོལ་བྱེད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་ཚོར་མཚོན་ན། འགལ་འདུ་དང་མོ་ཞི་མོ་མོའི་ཞུང་པར་མ་ཡིན་པར། སྐྱེ་ཚོགས་ཀྱི་གྲུ་ལ་རིམ་ཡིན་པ་རེད། བྱུང་མེད་ལུས་སྟོབས་གོང་འཕེལ་གཏོང་ཐབས་ནི་བྱུང་མེད་རྣམས་དཔལ་ཚུལ་ལས་རིགས་ལ་ཞུགས་དགོས་པ་དང་། རང་གི་ཁྱོ་ག་དང་མཉམ་དུ་གྲུ་ལ་རིམ་འཐབ་ཚུལ་ལ་ཞུགས་རྒྱ་དེ་རེད།

སྐྱེས་པ་གཞན་དག་དང་མ་ཁེ་སིའི་རིང་ལུགས་ཀྱི་བྱུང་མེད་ཐོབ་ཐང་ཚོད་ལེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱེ་ཞབས་ཡིན་ཞེས་(Engels)ཀྱི་དབྱེད་ཚོམ་དར་སྐྱེལ་བཏང་ཡོད་པ་དང་། མ་ཁེ་སིའི་རིང་ལུགས་ཀྱི་བྱུང་མེད་ཐོབ་ཐང་ཚོད་ལེན་པ་ཚོས། སྐྱེ་ཚོགས་གྲུ་ལ་རིམ་གྱི་འགལ་འདུ་ནི་གནད་དོན་དང་མོ་ཡིན་པར་ཁས་ལེན་པའི་ཐོག་ནས། མ་ཁེ་སིའི་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྐྱོམ་གཞི་གཞིར་བཟུང་ཚོད་འག་གནང་ཡོད་པ་རེད། བྱུང་མེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ཚོད་ལེན་པ་དེ་འགལ་སྐྱེ་ཞབས་ཡིན་ཞེས་(Engels)ཀྱི་འབྲེལ་བཅོལ་དེར་སྐྱོན་བཅོལ་བྱས་ཏེ། མིའི་རུས་སྐྱོམ་ལ་ཞིབ་འཇུག་གནང་སྟེ་བྱུང་མེད་ཀྱིས་སྐྱོན་ཚད་ཞིང་ལས་དཔལ་ཚུལ་དང་དངོས་ཐོག་ཐོན་སྐྱེད་ཁྱོད་དུ་ལས་འགན་ཆེན་པོ་ཞུར་ཡོད་པ་བསྟན་འདུག དེ་བས་ཁོང་རྣམས་པས་རི་དྲགས་ཚོན་མཁའ་ནི་སྐྱེ་བ་མོ་ལས་སྐྱེ་བ་མོ་ཡག་ཤོས་ཡིན་མེན་ཐད་དོགས་འདྲི་མང་པོ་འདོན་གྱི་ཡོད་པ་རེད། བྱུང་མེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ཚོད་ལེན་པ་ཚོས་སྐྱེ་ཞབས་ཡིན་ཞེས་(Engels)ཀྱིས་དབུ་ལ་འབྱོར་འདུ་འགོད་ཁོ་ཙེ་སྟེང་ལ་དོ་སྐྱོང་གིས་བྱུང་མེད་ལ་མཐོང་ཚུང་བྱས་པར་འབྲེལ་བཅོལ་བཅོལ་དང་དེ་ནི་འོས་འོས་འཚམས་ཤིག་མེན་པར་བཅོལ་དེ། ཁོང་གིས་འབྱོར་མེད་གྲུ་ལ་རིམ་གྱི་ནང་དུ་རྒྱ་ལོར་ལ་མང་གཞི་བྱས་པའི་བྱུང་མེད་ཀྱི་གཉལ་གཏོན་མེད་པར་འདོད་པའི་ཚོད་གཞི་དེ་ཁས་ལེན་བྱེད་ཀྱི་མེད་པ་རེད། ཡིན་ནའང་ལུས་ལིར་ལིར་(Gerda Lerner)ཀྱིས། སྐྱེ་ཞབས་ཡིན་ཞེས་(Engels)ཀྱི་དབྱེད་ཚོམ་དེ་དག་ནི་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་གོ་རྟོག་ཡོང་ཆེད་དུ་སྐྱེལ་བར་བཞེད།

གང་སྟར་སྐྱེ་ཞབས་ཡིན་ཞེས་(Engels)ཀྱིས་མིའི་སྐྱེ་ཚོགས་དང་མོ་རྒྱས་ཁྱོད་ཀྱི་བྱུང་མེད་ཀྱི་གནས་བབ་སྐོར་ལ་དབྱེད་ཚོམ་མང་པོ་བྱིས་ཏེ་ར་ཚོར་གོ་རྟོགས་སྐྱེལ་ཡོད་པ་རེད། གཅིག་ཀྱི་ཁོང་གིས་སྐྱོགས་གཅིག་ནས་རྒྱུད་འབྲེལ་གྱི་སྐྱོམ་གཞིའི་འབྲུར་བ་དང་དཔལ་ཚུལ་གྱི་དབྱེ་བ་གཉིས་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་དང་། སྐྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་སྐྱེ་ཚོགས་ཁྱོད་ཀྱི་བྱུང་མེད་ཀྱི་གནས་བབ་དང་དེའི་འབྲེལ་བ་བསྟན་ཡོད་པ་རེད། གཉིས། ཁོང་གིས་སྐྱེར་བདག་རྒྱ་ལོར་དང་བཟའ་རྒྱ་རྒྱུད་སྟེན་གྱི་གཉེན་སྲིག་གཞན་བཅོང་ཁང་གསར་འཇུགས་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་བསྟན་པ། གསུམ། ཁོང་གིས་སྐྱེ་བ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་དབུ་ལ་འབྱོར་དང་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་དབང་ཆ་བཟུང་སྟེ་བྱུང་མེད་ཀྱི་ཆགས་སྐྱེད་ལ་སྐྱེས་འདྲིའི་བྱས་པའི་འབྲེལ་བ་བསྟན་པ། བཞི། རྒྱ་ལོར་སྐྱེར་བདག་གི་མཐོ་རིམ་སྐྱེ་ཚོགས་ཀྱི་དབང་རྒྱུར་གཞིར་བྱས་གཏོད་མའི་རུས་སྐྱབས་ཀྱི་བྱུང་རིམ་མོ་རྒྱས་ཁྱོད་དུ་བྱུང་མེད་ཀྱི་ཆགས་སྐྱེད་ལ་སྐྱེས་འདྲིའི་ཕམ་ཉེས་འཚོལ་ཞིབ་གནང་སྟེ། མོ་རྒྱས་ཀྱི་བདེན་དབང་གནང་ཡོད་པ་རེད། དབྱེད་གཉམ་དེའི་བདེན་དབང་ར་སྐྱོད་སྐབས་མེད་ནའང་། ཁོང་མོས་འབྲུར་འབྲུར་མོ་ལོ་བརྒྱ་ལྷག་རིང་གི་གཞུང་ལུགས་དང་ལྷན་པའི་དོགས་གཞི་མང་པོར་གསལ་འབྲེལ་གནང་ཡོད་པ་རེད།

ལྷ་བ་མཁེགས་འདྲིའི་བྱུང་མེད་ཐོབ་ཐང་ཚོད་ལེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་དངོས་དོན་གང་ཞིག་གསལ་པོར་ཚོན་བྱུང་ཡོད་དམ།

ལྷ་བ་མཁེགས་འདྲིའི་བྱུང་མེད་ཐོབ་ཐང་ཚོད་ལེན་པར་མཚོན་ན། མོ་དབང་རིང་ལུགས་ནི་རྒྱ་ལོར་སྐྱེར་བདག་མ་བྱས་པའི་ཡར་སྐྱོན་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་འགལ་འདུ་གཙོ་བོ་དངོས་ནི་མོ་མོ་དབྱེ་འབྲེད་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་མ་གཏོགས། སྐྱེ་ཚོགས་ནང་གི་དབུ་ལ་འབྱོར་གྲུ་ལ་རིམ་ལ་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པར་ཡིད་ཆེས་གནང་ཡོད་པ་རེད། ལྷ་བ་མཁེགས་འདྲིའི་བྱུང་མེད་ཐོབ་ཐང་ཚོད་ལེན་པར་མཚོན་ན། མོས་རྒྱན་རིང་ལུགས་པ་ཚོ་དང་མི་འདྲ་བར། ཁོ་མོ་ཚོས་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ནི་རང་བྱུང་ཚོས་ཉིད་དམ། དེ་

ནས་གདོད་ནས་བདོག་པ་ཞིག་དང་མ་འོངས་པར་སྤྱ་མཐུད་གནས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་ཡིད་ཆེས་
གནང་གི་མེད་པ་རེད།

ཁོང་མོ་ཚོའི་དབྱུང་ཞེས་ལ་མཚོན་ན། མོ་མོའི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བའི་ཁྲད་པར་ནི་མོ་མོའི་
གཟུགས་གཞིའི་གྲུབ་ཆ་དང་སེམས་ཁམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་འབྲེལ་བཅོང་ཐུབ་པ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད།
ལུ་མ་རྩེ་སི་ལོ་ལོ་(Shulamith Fireston)ཀྱིས། སྐྱེ་འཕེལ་གྱི་ཕྱིར་ཏུ་བྱུང་མེད་ལ་བྱུང་མེད་
ལ་གཉའ་བཞེན་བྱས་པ་ཡིན་པར་འདོད། བྱུང་མེད་ལ་གཉའ་བཞེན་བྱེད་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་དེ་བྱུང་
མེད་ཀྱི་སྐྱེ་འཕེལ་རྒྱས་པར་ཐུག་ཡོད་སྟབས། དུས་ལུན་རིང་པོར་སྐྱེས་པས་བྱུང་མེད་ལ་སྟངས་
འཛིན་བྱས་པར་ཁོ་མོས་ཡིད་ཆེས་གནང་འདུག།

ལྷ་བ་མཁེགས་འཛིན་གྱི་བྱུང་མེད་ཐོབ་ཐང་ཚོད་ལེན་རེ་འགས། སྐྱི་ཚོགས་གྲུལ་རིམ་
གྱི་ལམ་ལུགས་ལ་རིགས་གཉིས་ཡོད་པ་དེ། ༡༽ ཐོན་སྐྱེད་དང་འབྲེལ་བའི་དཔལ་འབྱོར་གྲུལ་
རིམ་གྱི་ལམ་ལུགས་དང་། ༢༽ སྐྱེ་འཕེལ་གྱི་རྒྱས་པ་དང་འབྲེལ་བའི་མོ་མོའི་གྲུལ་རིམ་ལམ་
ལུགས་ཡིན་པ་ལས། ལམ་ལུགས་ཀྱི་མའི་ནང་དུ་བྱུང་མེད་ལ་དབང་བསྐྱར་ཡོད་པ་རེད། ཁོ་མོ་
ཚོར་མཚོན་ན། མོ་དབང་རིང་ལུགས་ནི་སྐྱེ་འཕེལ་གྱི་རྒྱས་པ་དང་འབྲེལ་བའི་མོ་མོའི་གྲུལ་རིམ་
ལམ་ལུགས་ལ་ཁྲུག་གཏུག་ཡོད་པ་དང་། སྐྱེས་པའི་སྐྱེར་བདག་དང་བྱུང་མེད་ཀྱི་སྐྱེ་འཕེལ་
རྒྱས་པར་སྟངས་འཛིན་གཞིར་བྱས། སྐྱེས་པས་བྱུང་མེད་ལ་དབང་བསྐྱར་ཡོད་པ་རེད། དེར་
བརྟེན་བྱུང་མེད་རྣམས་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྐྱེ་བ་མོ་ལ་བརྟེན་དགོས་པར་ཆགས་
ཡོད་པ་རེད། སྐྱི་ཚོགས་ནང་དཔལ་འབྱོར་གྱི་གནས་བབ་ཡང་རྒྱས་གོང་འཕེལ་བྱུང་བ་དང་
བསྐྱེད་ནས། སྐྱེ་བ་མོ་ཡིས་བྱུང་མེད་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱེད་སྟངས་དེ་ཡང་རིག་གཞུང་དང་མོ་རྒྱས་
ཀྱི་དུས་འགྲུར་ཁོང་ནས་འགྲུར་བ་ཕྱིན་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། ཡིན་ནའང་གསལ་བ་རྗེ་རང་བཞིན་གྱི་
བྱུང་མེད་ཐོབ་ཐང་ཚོད་ལེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཚོད་བཞིན་པ་ལོ། སྐྱེ་བ་མོ་ཡིས་བྱུང་མེད་ཀྱི་སྐྱེ་འཕེལ་
ལ་དབང་བསྐྱར་བྱས་པའི་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་དེ་ལ་འགྲུར་བ་མ་ཐེབས་པར་ལམ་ལུགས་
ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་ད་དུང་གནས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། བྱུང་མེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ཚོད་ལེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་
བྱུང་མེད་ལ་མཐོང་རྒྱུད་བཞིན་པ་དེ་ནི་བྱུང་མེད་ཀྱི་གཟུགས་མོ་ལ་བརྟེན་ཡོད་པ་ཞིག་མིན་

པར། དེ་ནི་སྐྱེ་བ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་བྱུང་མེད་ལ་རིན་ཐང་སྐྱོད་སྟངས་དང་དབང་ཆ་འཕྲོག་པ་ལས་
བྱུང་བ་ཞིག་རེད།

ལྷ་བ་མཁེགས་འཛིན་གྱི་བྱུང་མེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ཚོད་ལེན་པ་གཞན་ཁག་ཅིག་གིས་མོ་
དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་དེ་ནི་བྱུང་མེད་ཀྱི་གཟུགས་གཞི་དང་འབྲེལ་བ་ཁོ་ན་ཞིག་མ་ཡི་བར།
སྐྱེ་བ་མོ་ལས་གཟུགས་གཞི་ལ་ཡང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པར་ལྷ་བ་ཞེན་ཡོད་པ་རེད།
ལུ་མ་རྩེ་ལེ་ལིར་(Susan Brownmiller)ཀྱིས་བཅོང་བ་ལྟར་ན། སྐྱེ་བ་མོ་ཡིས་བྱུང་
མེད་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱས་པ་དེ་ནི་སྐྱེ་བ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་བྱུང་མེད་ལ་བཅའ་གཞུང་གཏོང་བའི་རྒྱས་
པ་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ལྟར། སྐྱེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱས་པ་དེ་བེད་སྐྱུང་དེ་བྱུང་མེད་ལ་བཅའ་
གཞུང་གཏོང་བ་དང་འཛིགས་སྐྱལ་བྱེད་པ། དབང་བསྐྱར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྷ་བའི་གནས་
སྟངས་ཀྱིས་སྐྱེས་པ་རྣམས་ཀྱི་དབང་བསྐྱར་དང་ཁྲད་འཕགས་ཀྱི་ལྷ་བ་དེ་ཡོང་གི་ཡོད་པར་བཅོང་
འདུག།

ལུ་མ་ལིར་ལེར་(Gerda Lerner)དང་ཟེ་ཆེར་(Elizabeth fischer)གཉིས་
ནས། སྐྱེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་བདག་ཏུ་བཟུང་བ་ནས་བཅའ་དབང་གིས་རིགས་རྒྱད་
ཟེལ་དུ་བརྟུག་པའི་ལག་ལེན་གྱི་ཁོང་ནས། བྱུང་མེད་ལ་བཅའ་གཞུང་བྱེད་པའི་བསམ་སྣོད་
བྱུང་བར་བཅོང་། ཁོང་གཉིས་ནས་ད་དུང་། སྐྱེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཅའ་དབང་གིས་སེམས་ཅན་
ལ་རྩལ་སྐྱོད་དང་གཏུག་རྩལ་སྐྱུང་དེ་བདག་བཟུང་བྱས་པའི་ཁོང་ནས། སྐྱེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རང་
བཞིན་གྱིས་བྱུང་མེད་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱེད་འགོ་རྒྱགས་པ་དང་། ལམ་ལུགས་དང་ལྷན་པའི་ཐོག་
ནས་བཅའ་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་གནས་རྒྱགས་ཡོད་པ་རེད།

བྱུང་མེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ཚོད་ལེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་ནི་སྐྱེ་བ་
མོ་ཡི་གཟུགས་གཞི་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་པར་དགོངས་ཀྱི་ཡོད་པ་ལྟར། ལུ་མ་རྩེ་ལེན་
(Maey o' Brien)ནས། སྐྱེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བྱུ་བུ་སྐྱེ་འཕེལ་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མེད་པས། ཁོ་
ཚོར་སེམས་ཁམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བུན་གསལ་ཅིག་དགོས་པར་བརྟེན། ཆེད་དུ་བྱུང་མེད་ལ་དབང་
བསྐྱར་བྱེད་པའི་ལྷ་བ་གནས་གསར་འཛུགས་བྱས་ཡོད་པ་དང་། ལྷ་བ་མཁེགས་འཛིན་གྱི་བྱུང་མེད་

འདྲ། མི་འགའ་ཤམ་ཞིག་གིས་སྐྱེར་བདག་གི་རྒྱ་ལོར་འཛིན་པའི་ལམ་ལུགས་ཐོན་པ་ནས་མོ་
དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་དེ་སྐྱེབས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། རོན་
དངོས་སུ་དེ་ཉི་ལུང་མེད་ལ་བསྐྱུ་གཞིག་བཏང་ནས་གནས་སྡངས་ཡོ་སྤྱིར་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་
པར་བརྗོད་པ་ཅམ་རེད། ཁོང་རྣམས་ཀྱིས་ཡིད་ཆེས་བྱེད་བཞིན་པ་གཞན་ཞིག་ནི། མོ་དབང་
རིང་ལུགས་ནི་རྒྱ་ལོར་སྐྱེར་བདག་འཕེལ་རྒྱས་སུ་སོང་བའི་མཁུག་འབྲས་ཁོ་ན་ལས་བྱུང་བ་
ཞིག་མིན་པས། རྒྱ་ལོར་སྐྱེར་བདག་གི་ལམ་ལུགས་དེ་ཅ་རྗེས་སུ་ནའང་མོ་དབང་རིང་ལུགས་
ཀྱི་ལྷ་བ་དེ་དུང་ཡལ་མི་སྤིད་པ་ཞིག་ཡིན་པར་རྣོམ་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་ཚོའི་དབྱུང་རྩལ་
ནང་དུ་གཞན་དོན་དེ་དངོས་ཐོག་ཐོན་སྐྱེད་དང་སྐྱུ་གུ་སྐྱེ་འཕེལ་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་ལ་གཞི་
བྱས་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་ཚོར་མཚོན་ན། དམར་ཕྱོགས་ཀྱི་ལྷ་བའི་ནང་དུ་སྐྱུ་གུ་སྐྱེ་འཕེལ་དང་
ཁྱིམ་ལས་ངལ་རྩལ་གྱི་རིགས་ཡོད་ཚད་སྤྱང་མེད་དུ་བཞག་པའམ་འོས་མཚམས་མིན་པའི་ཐོག་
ནས་ཡར་རྒྱས་བྱིན་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་པས། ཁོང་ཅག་གིས་དེ་ལ་གསུང་དུ་རྣོ་སྤྱང་བྱེད་བཞིན་
ཡོད་པ་རེད།

སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་མོ་དབང་རིང་ལུགས་པ་རྣམས་ལ་མཚོན་ན། འགའ་འདུ་
རང་བཞིན་གྱི་ཅ་འཛིན་ལ་གཡོལ་ཐབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པར་མ་ཟད། རྒྱན་ལྷན་གྱི་འཚོ་བའི་ཁྲིད་
དུའང་མོ་མོའི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་གལ་རིམ་སོགས་ནི་ཐན་ཚུན་ལ་འབྲེལ་བ་ཡོད་པར་དག་
སྐྱེལ་བྱེད་རྒྱུར་དོགས་པས་ཁེངས་ནས་ཡོད་པས། བཅོམ་གཞོན་རང་བཞིན་གྱི་ལམ་ལུགས་
ཡོད་ཚད་ནི་དབྱེ་འབྲེད་བྱེད་ཐབས་མེད་པར་མན་ཚུན་ལ་འབྲེལ་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་མཚོང་གི་
ཡོད་པ་རེད།

འདྲིར་ང་རྣོ་སྤྱང་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་བྱང་མེད་ཐོབ་ཐང་རྩོད་ལེན་པའི་ལྷ་བྱུང་རྣོར་
ལ་རྣོས་སྤྱང་བྱེད་བྱུང་བམ།

སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་བྱང་མེད་ཐོབ་ཐང་རྩོད་ལེན་པའི་ལྷ་བའི་ཁྲིད་དུ་རྣོ་སྤྱང་བྱ་
ལུལ་དང་ལྷ་བ་དེ་མེད་སྤྱོད་བྱེད་སྤྱོགས་ཀྱི་ཐད་ནས་ཁྲད་པར་ཡོད་པ་རེད། ལུམ་ཨེ་སིན་ལེན་
(Zillah Eisentein)ཞེས་པའི་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་བྱང་མེད་ཐོབ་ཐང་རྩོད་ལེན་པ་ཁོང་
ལ་མཚོན་ན། སེམས་འཚབ་ཆེ་ཤོས་ནི་བྱང་མེ་རྣམས་ཨ་མ་ཡིན་པ་དང་ངལ་རྩལ་བ་ཡིང་ཡིན་
པ། སྐྱུ་གུ་སྐྱེ་མཁན་ཡིན་པ་དང་དངོས་ཐོག་ཐོན་སྐྱེད་བྱེད་མཁན་ཡང་ཡིན་པ་དེ་ཅི་ལྟར་སྟོན་
དགོས་པ་དེ་རེད། ཁོང་གིས་རྩོད་པ་རྒྱག་བཞིན་པ་ནི། སྤྱི་ཚོགས་པ་རྣམས་ཁྲད་འཕགས་སུ་ལྷ་བ་
དང་མ་ཅ་རྩལ་རིང་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ནི་བྱང་མེ་རྣམས་ལ་བཅོམ་གཞོན་བྱེད་པའི་ཅ་བ་ཡིན་
པར་འདོད་པ་དེ་རེད། ཁོང་གིས་བསྟན་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བྱུང་ཆ་གཅིག་ནི་མ་ཅ་རྩལ་རིང་ལུགས་
ཀྱི་ངལ་རྩལ་ཁྲིད་ནས་མི་མང་ལ་བསྐྱུ་གཞིག་ཐེབས་བཞིན་པ་དང་། སྤྱོགས་གཞན་ཞིག་ནི་མོ་
དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་གལ་རིམ་ཁྲིད་དུ་བྱང་མེད་ནི་ཨ་མ་དང་ངལ་རྩལ་བ་ཡིན་པ་
གང་ཞིག་ལ་སྐྱེ་བ་མོ་ཡིས་བྱང་མེད་ལ་བཅོམ་གཞོན་བྱེད་བཞིན་པ་དེ་རེད། མོར་མཚོན་ན། མོ་
དབང་རིང་ལུགས་ནི་སྐྱེ་བ་མོ་མོའི་ལུས་རྟེན་གྱི་ཁྲད་པར་ཐོག་ནས་ཐད་ཀར་སྐྱེབས་ཡོད་པ་ཞིག་
མིན་པར། དེ་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་དུ་ལྷ་བྱུང་དང་ཆབ་སྤིད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་བརྗོད་ཁྲིད་ནས་ཁྲད་པར་
ཆེན་པོ་ཐེབས་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱས་ཡོད་པ་རེད། འདི་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་གི་སྐྱེ་འཕེལ་གྱི་
འབྲེལ་ལམ་མམ་མོ་མོའི་ལམ་ལུགས་རང་བཞིན་ཟེར་བའི་གོ་དོན་དེ་རེད།

ལུམ་ཨེ་སིན་ལེན་(Zillah Eisentein)ལ་མཚོན་ན། སྐྱུ་གུ་སྐྱེ་འཕེལ་གྱི་འབྲེལ་
ལམ་ནི་མ་ཅ་རྩལ་རིང་ལུགས་ཀྱི་དམིགས་བསལ་འབྲེལ་ལམ་ཞིག་མིན་པར། དེ་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དུས་
རིམ་མ་འདྲ་བ་ནས་བརྒྱུད་སྤོང་བྱས་ཡོད་པའི་རིག་གཞུང་གི་འབྲེལ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། སྤྱི་
ཚོགས་ནང་གི་དབལ་འཕྲོར་གྱི་ལྷེ་གནས་མང་པོ་ཞིག་ག་ལེར་འཇུར་སྤིད་ནའང་། སྐྱུ་གུ་སྐྱེ་
འཕེལ་གྱི་འབྲེལ་ལམ་དང་འབྲེལ་བའི་མོ་མཚོག་མོ་དམན་གྱི་ལྷ་བ་དེས། སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་གལ་

རིམ་གྱི་ལམ་ལུགས་དང་དབང་བསྐྱར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་ལམ་ལུགས་མང་
པོ་ཞིག་ནི་མ་ཅུ་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུའི་ཁོང་ལྟ་བུ་ཞིག་གི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་མང་པོའི་ནང་དུ་བེད་
སྤྱད་ཡོད་པ་རེད།

སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་བྱུང་མེད་ཐོབ་ཐང་ཚོད་ལེན་པའི་ལྟ་བུ་བ་ནང་དུ། མོ་དབང་
རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་དེ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་མེད་པར་བྱུང་མེད་ལ་མཐོང་ཚུང་དམའ་འབེབས་བྱས་
པའི་ལྟ་བུ་དེ་བེད་སྤྱོད་གཏོང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་རྣམས་ལ་མཚོན་ན། མོ་དབང་རིང་ལུགས་
ནི་འཛམ་གླིང་ཀུན་ཁྱབ་ཅིག་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཁྱོད་ཡོངས་ཀྱིས་དོ་སྣང་བྱེད་བཞིན་པའི་སྣང་ཚུལ་
ཞིག་མེད་པས། དེ་ནི་ལོ་རྒྱུས་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པར་བལྟས་ནས་ཁས་ལེན་གྱི་མེད་པར་མ་ཟད།
ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཁོང་དུ་མོ་མོའི་འབྲེལ་བ་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་བར་བརྟེན་དེ། མོ་མོ་དེའི་འབྲེལ་བ་མོ་མོའི་
ལུས་རྟེན་ལ་གཞིར་བཞག་པ་ཞིག་མེད་པར། དེ་ནི་མོ་མོའི་རྟེན་གསུམ་ཀྱི་དབྱེ་བའི་ཐོག་ནས་སྤྱི་
ཚོགས་ཀྱི་ཁོང་དུ་སྣང་ཚུལ་མ་འདྲ་བ་ཡོད་པ་དེ་ཡིན་པར་བརྟེན་པར་མ་ཟད། དེ་ནི་མོ་མོའི་ལུས་
རྟེན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་དང་། མོ་མོའི་རྟེན་གསུམ་ཀྱི་དབྱེ་བ་ནི་སྤྱི་ཚོགས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་
ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་ལྟར། ཁོང་ཚོས་མོ་མོའི་རྟེན་གསུམ་ཀྱིས་དབྱེ་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་
སྣང་ཚུལ་དེར་སེམས་འཁོབ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

གོང་ཞུས་ལྟ་བུ་དེ་ནི་བྱུང་མེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ཚོད་ལེན་པ་ལམས་དབང་ཡོངས་ཀྱིས་
གཅིག་གྱུར་གྱིས་ཁས་ལེན་པའི་ལྟ་བུ་ཅིག་ཏུ་གྱུར་བར་མ་ཟད། ཉེ་བའི་ཆར་ནས་བརྒྱུད་འབྲེལ་
འདིས་ཡར་རྒྱས་བྱེད་པའི་ལྟ་བུ་གནས་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཀྱང་ཁས་ལེན་ཐོབ་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་
ནའང་སྤྱོད་ཀྱི་གཞན་ཞིག་ནས་བྱུང་མེད་ཐོབ་ཐང་ཚོད་ལེན་པ་ཁ་གསལ་གྱི་གིས་གོང་གི་ལྟ་བུ་
དེ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་དོན་ནི་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་ཚུ་དང་འཐབ་ཚོད་བྱེད་པའི་ལྟ་བུ་
ཞིག་ཡིན་པའི་ཁ་སྤྱོད་དེ་བསྐྱར་ཐབས་གིག་ཡིན་པར་བརྟེན་དེ། མོ་དབང་རིང་ལུགས་ནི་
གཞུང་ལུགས་དང་ཆ་ལག་གཉིས་ཀྱི་ཅ་བའི་གྲུབ་ཆ་མེད་དུ་མི་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པར་འབྲེལ་
བརྟེན་བྱས་ཡོད་པ་རེད།

ལྟ་བུ་འདིའི་ཁོང་དུ་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་དང་མ་ཅུ་རིང་ལུགས་ཀྱི་གཞུང་
ལུགས་གཉིས་ཡར་རྒྱས་བྱེད་འགོ་ཚུགས་ཡོད་པ་དང་། ལྟ་བུ་གཞན་ཁག་ཅིག་གི་ནང་དུ། ལུས་
ཏར་ལེ་མན་(Heidi Hartmann)ཀྱིས་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་དང་མ་ཅུ་རིང་ལུགས་
གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བའི་སྐོར་ལ་རྒྱས་ལེན་བྱས་ཏེ། སྤྱི་བ་མོ་རྣམས་ནི་རང་ཉིད་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གྲུལ་
རིམ་གང་དུ་ཡོད་མེད་ལ་མ་བལྟས་བར་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་
ཞིག་ཡིན་པས། སྤྱི་བ་བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱི་ལས་ཀ་ནི་མ་ཅུ་རིང་ལུགས་དང་རང་གི་ཁོ་ག་གཉིས་
ལས་ཁེ་བཟང་རྒྱ་གི་ཡོད་པ་རེད། ལུས་ཏར་ལེ་མན་(Hartmann)ཀྱིས་འབྲེལ་བརྟེན་བྱས་
པ་ལྟར་ན། མོ་དབང་རིང་ལུགས་ནི་དངོས་གཙོ་ལ་གཞིར་བཞག་པའི་འབྲེལ་ལམ་རིགས་གིག་
ཡིན་ཞེད། འབྲེལ་ལམ་དེའི་ཁོང་དུ་སྤྱི་བ་མོ་རྣམས་ལ་རྒྱ་དངོས་རྒྱང་གཞིར་བཞག་པའི་སྤྱི་ཚོགས་
གྲུལ་རིམ་གྱི་འབྲེལ་བ་དང་ཁོང་ཅག་གི་ཆེད་སྤྱི་ལ་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་ལམ་ལུགས་ཀྱི་ཁོང་
དུ་སྤྱི་བ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་བྱུང་མེད་ལ་བཅའ་དབང་བྱེད་འགོ་ཚུགས་ཡོད་པ་རེད། དངོས་གཙོ་
རིང་ལུགས་ཀྱི་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་དེས་སྤྱི་བ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་བྱུང་མེད་ཀྱི་ངལ་
ཚོལ་སྟོབས་ལུགས་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱེད་འགོ་ཚུགས་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་གིས་བརྟེན་དོན། སྤྱི་
ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་བྱུང་མེད་ཐོབ་ཐང་ཚོད་ལེན་པའི་ཁོང་དུ། ར་ཚོས་ངེས་པར་དུ་མོ་དབང་
རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་དང་མ་ཅུ་རིང་ལུགས་ལ་ཚོལ་བའི་ལས་འགུལ་གོ་སྐྱིག་དང་ལག་བལྟར་
བྱེད་དགོས་པ་དང་། ར་ཚོས་ངེས་པར་དུ་ར་ཚོར་དགོས་ངེས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་གསར་བའི་ནང་དུ།
ཆེ་མཐོང་གི་ལྟ་བུ་ནི་རོ་ཆོ་ལས་སྤྱོད་པའི་རང་དབང་གྲུ་ཡངས་ཡིན་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱི་ཚོགས་
ནང་དུ་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀྱི་བདག་སྤོང་ནི་འཛིག་རྟེན་ཀུན་ཁྱབ་ཡིན་པ། དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱི་ཚོགས་
ནང་དུ་བྱུང་མེད་ཀྱིས་སྤྱོད་པའི་རང་དབང་ཐོབ་ཐང་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་དང་སྤྱོད་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་ལས་
ཉེས་ལ་ངོས་ལེན་མི་བྱེད་པར་ཏུར་བཅོལ་བྱེད་དགོས།

སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་བྱུང་མེད་ཐོབ་ཐང་ཚོད་ལེན་པའི་ལྟ་བུ་གལ་ཆེན་ཞིག་ནི་
སྤྱི་ལུས་མེ་མི་(Maria mies)ཡིས་གསལ་སྟོན་བྱས་ཡོད་པ་དང་། ཁོང་གི་དཔེ་དེབ་<<མོ་
མོའི་རྟེན་གསུམ་ཀྱི་དབྱེ་བའི་ངལ་ཚོལ་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་འབྱུང་ཁུངས་དངོས།>>ཞེས་པའི་ནང་དུ། ཁོ་

མོས་པོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་འབྲུང་ཁྲུངས་དང་དེའི་ལོ་རྒྱུས་རང་བཞིན་གྱི་འབྲེལ་རྒྱས་ཀྱི་བྱུང་
རིམ་དང་རྒྱ་རྒྱུན་གསལ་སྟོན་བྱས་ཡོད་པ་དང་། ཁོང་གིས་འཛམ་གླིང་གི་ས་སྤྲོགས་གང་སར་
གནས་བའི་བྱུང་མེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ཚོན་ལེན་པའི་ཚོགས་ཁག་གི་ལྷ་བའི་ཆ་ལ་བཞེད་པ་མི་མཐུན་
པ་མང་པོ་ཡོད་ནའང་། ཁོང་ཚོར་སྤུན་མོང་གི་ཚིག་སྤྲིལ་ཡོད་ས་ཞིག་ནི་སྤྱི་བ་པོ་དང་མོ་གཉིས་
དབར་གྱི་པོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་མཛམ་འབྲེལ་ལ་ཚོལ་རྒྱུ་གཏོང་བཞིན་པ་དེ་ཡིན་པས། པོ་
དབང་རིང་ལུགས་ནི་པོ་མོའི་ལས་རྟེན་གྱི་གནས་བབ་ཅིག་ཏུ་ནམ་ཡང་ཁས་ལེན་བྱེད་མི་སྲིད་
པ་དང་། བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་འབྲེལ་མཉམ་དང་ཆ་སྟོང་མེད་པའི་རྩ་བའི་མང་
གཞི་ལ་དོགས་འདྲི་བྱེད་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཁོང་ཚོའི་ཚོལ་རྒྱུ་ལ་དེས་པར་དུ་དགོས་བའི་ཆ་རྒྱུན་ཞིག་ཡིན་
པ་རེད།

ཁོང་གིས་བྱུང་མེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ཚོན་ལེན་པ་རྣམས་ཀྱི་ལས་འགུལ་དང་གཞུང་ལུགས་
གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་ལ་དོ་སྣང་བྱས་ནས་བརྗོད་རྒྱུར། བྱུང་མེད་གང་ཞིག་གིས་བྱུང་མེད་ལ་
ལོ་རབས་མང་པོ་ནས་བརྒྱུད་ཡོང་བའི་བཅའ་གཞི་དང་བཟུ་གཞི་ལ་འཐབ་ཚུང་བྱེད་བཞིན་
པར་ཆེད་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཚུགས་སྡོམ་བརྒྱབ་པའི་གནས་ཚུལ་དེར་འདོད་པ་ཚིམ་གྱི་མེད་
པ་རེད། དེ་ནི་ཁོང་ཚོས་པོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་འགོ་ཁྲུངས་ཐང་ཤེས་རྟོགས་མེད་
པས། གནད་དོན་དེ་སློང་ཡོད་པ་མ་རེད། རྩ་བའི་འབྲེལ་ལམ་འདིའི་འགོ་ཁྲུངས་འཚོལ་ཞིབ་
བྱེད་བཞིན་པ་དེ་ནི་བྱུང་མེད་ཀྱི་རུས་པ་གོང་མཐོར་གཏོང་བའི་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་འཐབ་རྒྱས་ཤིག་
རེད། པོ་མོའི་བར་གྱི་རྩ་བའི་མཛམ་འབྲེལ་གྱི་མང་གཞི་དང་བྱུང་ལས་རྣམས་ལ་ཤེས་རྟོགས་
མ་བྱས་བར་དུ་དཀའ་ངལ་དེ་སེལ་ཐབས་མེད་པ་རེད།

ལུ་མེ་སི་(Mies)ལགས་ཀྱིས། རྩོན་ཆད་པོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་གྲལ་
རིམ་གྲོར་གྱི་འབྲེལ་བརྗོད་དེར་པོ་མོའི་ལུས་རྟེན་ལ་དབྱེ་བྱེད་བྱས་པར་འཁོད་ཡོད་པ་དང་།
དེ་ལྷ་བུའི་གནས་སྤངས་དེར་ཁོང་ཚོས་ཞིབ་ཚགས་ཀྱིས་གོ་དོན་རྟོགས་པའི་ཐོག་ནས་བྱིར་
འཐེན་བྱེད་དགོས་པ་རེད། ཅེས་བརྗོད་འདུག

སྤྱི་ཞབས་མེ་རུ་ཾ་(Freud)ཡིས་རྩོན་ཆད་བརྗོད་པའི་གནད་དོན་ཞིག་ནི། པོ་མོའི་
ལུས་རྟེན་གྱི་ཐོག་ནས་ཐག་གཅོད་བྱས་པའི་སྐོར་གྱི་གཏམ་བརྗོད་དེ། ལུས་ཀྱི་བྱུབ་ཆ་ནི་གནས་
སྤངས་ཤིག་ཡིན་པར་བརྗོད་ཡོད་པ་དེ་རེད། གཅིག་བྱས་ན་དེ་ནི་བྱུང་མེད་རྣམས་ལ་བཟུ་གཞི་
དང་དབང་སྤྱུར་བྱས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་གཙོ་བོར་དབྱེད་ཞིབ་བྱེད་རྒྱུར་བར་ཆད་ཆེ་ཤོས་ཆགས་ཡོད་
པ་དང་། ཐ་ན་བྱུང་མེད་ཀྱི་རང་དབང་ལ་འཐབ་ཚུང་བྱེད་བཞིན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་པོ་མོའི་ལུས་
རྟེན་གྱི་ཐོག་གཅོད་དེར་ཁས་ལེན་བྱེད་ཀྱི་མེད་པ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ནང་གི་འབྲེལ་མཉམ་མིན་པའི་
གྲལ་རིམ་དང་བཟུ་གཞི་རང་བཞིན་ནི་པོ་མོའི་བར་གྱི་མཛམ་འབྲེལ་དེ་སྤྱི་ཚོགས་ལ་བརྟེན་
ནས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་པར་དབྱེད་ཞིབ་འབྲེལ་བརྗོད་བྱེད་སྐབས་ཀྱི་མེད་པ་དང་། དོན་དངོས་སུ་
དེ་ནི་པོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་ཞིག་རེད། ང་ཚོའི་དཀའ་ངལ་དངོས་ནི་དབྱེད་ཞིབ་གཅིག་ལུ་ཅམ་མིན་
པར། དབྱེད་ཞིབ་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་ཡང་ཡིན་པ་རེད། རྩ་བའི་ལྷ་བུ་དང་འབྲེལ་བརྗོད་ཚང་མར་པོ་མོའི་
ལུས་རྟེན་གྱི་དབྱེ་བའི་ཐོག་གཅོད་དེས་ཤན་ལུགས་ཐེབས་ཡོད་པ་རེད།

ལུ་མེ་སི་(Mies)ཡིས་དུས་ནམ་ཞིག་ལ་པོ་མོའི་ངལ་རྩོལ་གྱི་དབྱེ་བ་དེ་བྱུང་ཡོད་
པ་དང་། ངལ་རྩོལ་གྱི་དབྱེ་བའི་འབྲེལ་ལམ་དེ་ཅི་ལྟར་དབང་བསྐྱུར་དང་བཟུ་གཞི་བྱས་ཡོད་
པ། འབྲེལ་ལམ་དེ་ཅིའི་བྱིར་ཆ་མི་སྟོང་པར་གྲལ་རིམ་རང་བཞིན་དུ་སྤྱར་བ་སོགས་ལ་དོགས་
འདྲི་མ་བྱས་པར། ཁོང་གིས། ང་ཚོས་པོ་མོའི་ལུས་རྟེན་གྱི་དབྱེ་བ་དེ་ནི་ནང་མི་དང་འབྲེལ་བའི་
དཀའ་ངལ་ཞིག་ཡིན་པར་མི་ལྟ་བུར། དེ་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཁོར་ཡོངས་ཀྱི་སྤྲོམ་གཞིའི་དཀའ་ངལ་
ཞིག་ཡིན་པར་ལྷ་དགོས་པར་སྦྱུལ། སྤྱི་ཚོགས་ནང་པོ་མོའི་བར་གྱི་ངལ་རྩོལ་གྱི་དབྱེ་བ་དེ་ནི་
དངོས་ཐོག་ཐོན་སྐྱེད་དང་འབྲེལ་བའི་དབང་ཆ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། དེ་ནི་དཔེར་ན་རྒྱལ་སྤྱི་དང་
རྒྱལ་ཁབ་རིམ་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དུས་སྐབས་དམིགས་བསལ་བའི་འབྲེལ་ལམ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་
པ་རེད། མོས་ཡིད་ཆེས་བྱེད་བཞིན་པ་ཞིག་ནི། གལ་ཏེ་ང་ཚོས་སྤྱི་བ་པོ་མོ་རྣམས་ཀྱི་དངོས་
གཙོ་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བུ་དང་ཁོང་ཅག་གི་ལོ་རྒྱུས་ལ་འཚོལ་ཞིབ་བྱེད་དགོས་ན། ཐོག་མར་
ང་ཚོས་ཁོང་ཅག་གི་རང་བྱུང་ཁམས་དང་ཅི་ལྟར་འབྲེལ་བ་བྱས་པ་བརྒྱུད་ནས། མི་དང་སྤྱི་ཚོགས་
ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་གསར་འཛུགས་བྱས་པར་རྒྱུས་ལོན་བྱེད་དགོས་པ་རེད། མོས་ལུ་མེ་སི་ལོན་ལྷུ་ལ་

(Engel)ལགས་ཀྱི་བརྗོད་པ་དེར་དགག་པ་བརྒྱབ་སྟེ། གལ་ཏེ་ང་ཚོ་ཨིན་ཟླེལ་(Engel)ཀྱི་
རྗེས་སུ་འབྲངས་དགོས་ཚེ། ང་ཚོས་རང་བྱུང་གི་འཕོ་འགྲུར་དང་འབྲེལ་བའི་བྱད་མེད་རྣམས་
རྒྱུ་བ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་འབྲེལ་བརྗོད་བྱས་པ་ལྟར། བྱད་མེད་
རྣམས་ད་དུང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ནང་དུ་འཇུག་ཐུབ་མེད་པར་མཚུགས་ཀྱིས་དགོས་བ་དང་། བྱད་
མེད་རྣམས་ད་དུང་སེམས་ཅན་གྱི་འཇིག་རྟེན་ཏུ་ཡོད་པ་རེད། ལྷ་ཨིན་ཟླེལ་(Engel)ལ་མཚོན་
ན། ལོ་རྒྱུས་ནི་མིའི་རིགས་ཀྱི་དབུ་ལོན་དང་ལྷན་དུ་འགོ་རྒྱུགས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ལྷེས་
པ་ཚོས་བྱད་མེད་བཟུ་གཞིག་གཏོང་བ་དང་། ལྷེས་པས་ལྷེས་པར་བཟུ་གཞིག་གཏོང་གི་ཡོད་
པ་རེད།

ལུམ་མེ་སི་(Mies)ལ་མཚོན་ན། ལྷེ་བ་མོ་ཡི་རང་བཞིན་དང་ལྷེ་བ་མོ་ཡི་རང་བཞིན་
ནི་ལྷེས་དུས་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་དེ་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་རིང་པོ་ཞིག་གིས་བསྐྱེད་
པའི་མཚུགས་འབྲས་ཡིན་པ་རེད། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དུས་རྒྱུས་མ་འདྲ་བ་མང་པོའི་ནང་དུ། ལྷེ་བ་མོ་
ཡི་རང་བཞིན་དང་ལྷེ་བ་མོ་ཡི་རང་བཞིན་གཉིས་ལ་འབྲེལ་བརྗོད་པ་འདྲ་བ་མང་པོ་བརྒྱབ་ཡོད་
པ་རེད། དེ་ལྷ་བྱའི་འབྲེལ་བརྗོད་མང་པོ་ཞིག་མིའི་རིགས་ཀྱིས་དངོས་ཚོགས་སྐྱེད་བྱས་པའི་
ཚད་གཞིའི་སྟེངས་ནས་ཡོང་ཡོད་པ་རེད། འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱིས་རང་བྱུང་ལ་དབང་བསྐྱུར་
པའི་འོས་བབ་དང་འདོད་ཚུལ་གྱི་སྟེང་ནས། ལྷེ་བ་མོ་མོ་གཉིས་ཀྱི་ལས་ཀྱི་དབང་པོ་རྣམས་ལ་
འབྲེལ་བརྗོད་མི་འདྲ་བ་བྱས་ཡོད་པར་མ་ཟད། རིན་ཐང་སྟོན་སྟངས་ཀྱི་མ་འདྲ་བ་བྱུང་ཡོད་པ་
རེད། དེ་བས། ལྷེ་བ་མོ་མོ་གཉིས་ཀྱིས་རང་རང་གི་ལུས་རྟེན་གྱི་རྣམས་སྟོབས་རྒྱུད་ལ་འདྲ་བ་རེ་
འབྲེལ་རྒྱས་སུ་བཏང་ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་ཅང་བྱད་མེད་གཙོར་འཇིན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་
དུ། བྱད་མེད་ཀྱི་རང་གཞིས་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཁྱོན་ཡོང་གི་དངོས་ཚོགས་སྐྱེད་བྱེད་པར་རྣམས་པ་
འུགས་ཆེར་ཐོན་པ་ཞིག་ཡིན་པར་འབྲེལ་བརྗོད་བྱས་ཡོད་པ་རེད། བྱད་མེད་ཡོད་ཚད་ལ་ཨ་
མ་ཞེས་འབྲེལ་བརྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། ཨ་མ་ཟེར་བ་དེར་གོ་དོན་གཞན་ཞིག་ཡོད་པ་རེད།
མ་ཚ་རིང་ལུགས་ཀྱི་གནས་སྟངས་འོག་ཏུ་བྱད་མེད་ཡོད་ཚད་ནི་ནང་ལ་ལྷ་རྟོག་བྱེད་མཁན་ཞིག་
དང་ལྷེ་བ་མོ་ཡོད་ཚད་ནི་སྤྱི་རྣམས་འཚོ་བའི་ཐོན་སྐྱེད་སྐྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་པར་འབྲེལ་བརྗོད་

བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། བྱད་མེད་རྣམས་ཨ་མ་བྱེད་རྒྱ་ནི་རང་བྱེད་སྤྱི་རྣམས་ལྷ་རྟོག་གི་བྱེད་ལས་གང་དེའི་
ཉམས་མཚན་གྱི་ཆ་ཤིས་ཤིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་པ་རེད། གནའ་དེར་གཉིས་ཀྱི་བྱད་མེད་གཙོར་འཇིན་
གྱི་འབྲེལ་བརྗོད་དང་དེའི་བྱད་པར་ལོ། དེར་རབས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ། ལྷེ་བ་མོ་ཡི་རང་བཞིན་
ནི་ཏུར་མོ་མེད་པ། ལྷུང་བྱུང་མི་ལྡན་པ། དངོས་ཚོགས་སྐྱེད་བྱེད་མི་ལུས་མཁན་ཞིག་ལ་འབྲེལ་
བརྗོད་བྱས་ཡོད་པ་རེད།

ལུམ་མེ་སི་(Mies)ཡིས་སུ་བྱུང་བརྗོད་རྒྱུར། བྱད་མེད་ཀྱིས་སུ་བྱུ་སྐྱེ་འབྲེལ་བྱེད་རྒྱ་
ནི་སུ་བྱུ་གསོ་སྐྱོང་གི་དགོས་མཁོ་ཡོངས་རྫོགས་དང་འབྲེལ་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་དང་། བྱད་མེད་
རྣམས་ཀྱི་གཞུགས་གཞིའི་གོ་བབ་དང་བསྐྱེད་ནས། བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱིས་སུ་བྱུ་སྐྱེས་ཏེ་འོ་མ་
ཐོན་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པར་མ་ཟད། རང་ཉིད་ཤིང་ནགས་ཁོད་ནས་བཟུང་བཏུང་འཇུག་མཁན་ཞིག་
དང་མོ་རྣམས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ལ་སུ་བྱུ་རྣམས་ཀྱི་འཚོ་བའི་མཐུན་རྐྱེན་ཐོག་མ་བསྐྱེད་
མཁན་དེ་ཡང་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་གིས་ད་དུང་། ལྷེ་བ་མོ་རྣམས་རང་བྱུང་འཁམས་དང་
འབྲེལ་རྒྱུ་ནི་སྟོས་བཙས་ཀྱིས་མ་འདྲ་བ་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་མཚན་ནི་བྱད་མེད་
རྣམས་ཀྱིས་སུ་བྱུ་སྐྱེས་སུ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་ལྷར་སྐྱེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་ལུས་རྟེན་གྱི་ཐོག་ནས་
ཉམས་སྟོང་དེ་ལ་རོལ་སྟོང་བྱེད་སྐབས་ཀྱི་མེད་པ་རེད། ལྷེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རང་ཉིད་འགྲོ་བ་མི་
ཞིག་ཡིན་པའི་ལྷ་བ་ནི་ཐོན་སྐྱེད་བྱེད་སྐབས་མིན་གྱི་ཐོག་ནས་ལྷ་ཡི་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལྷའི་ཐོན་སྐྱེད་
ནི་གསར་གཏོང་དང་ལག་ཆའི་སྟངས་འཇིན་དང་འབྲེལ་བ་འུགས་ཆེན་པོ་ཡོད་དུས། གལ་ཏེ་
ལག་ཆ་ཅི་ཡང་མེད་པ་ཡིན་ན། ལྷེས་པ་ནི་ལྷེ་བ་མོ་མིན་ལྷ་བྱུ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་པར་ཚོད་ཤིག་
གནང་འདུག

བྱད་མེད་ཀྱི་ཐོན་སྐྱེད་ནི་ལྷེ་བ་མོ་ཡི་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་སྟོན་འགྲོ་ལྷ་བྱུ་ཡིན་པ་དང་། དངོས་
པོའི་ངོ་བོའི་ཐོག་ནས་བལྟས་ནའང་། དོན་དངོས་སུ་བྱད་མེད་ནི་ལྷེ་བ་མོ་དང་མོ་སྐྱེ་འབྲེལ་བྱེད་
མཁན་ཡིན་པས། བྱད་མེད་མེད་ཀྱི་ཐོན་སྐྱེད་རྣམས་པ་མེད་པ་ཡིན་ན། གཞན་སྐྱེས་དངོས་ཐོན་
སྐྱེད་ལ་སྐྱེད་པོ་ཅི་ཡང་མེད་པ་རེད།

ལུམ་མེ་སི་(Mies)ལ་མཚོན་ན། གལ་ཏེ་བྱད་མེད་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་སྐྱེ་འབྲེལ་
 དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཐོན་སྐྱེད། ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་ལག་ཆ་ཐོག་མ་དེ་ཡིན་པ་དང་། བྱད་མེད་རྣམས་ནི་
 སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་འཇུགས་མཁན་དང་མོ་དེ་ཡང་ཡིན་ཆེ། བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱིས་ཅིའི་སྲིབ་
 མོ་མོའི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་གི་གྲལ་རིམ་ཐོན་དུ་བལྟ་གཞིག་རང་བཞིན་ཀྱི་འབྲེལ་
 ལམ་དེར་སློབ་འགོག་བྱེད་མ་ཐུབ་པ་ཡིན། ཁོང་གིས་འདིར་ལན་འདེབས་ཀྱི་ཚུལ་དུ། སྤྱི་སྡེ་པ་
 རྣམས་ནི་བྱད་འབྲེལ་གྱི་ལག་ཏུ་ལྟ་བུ་དེ་ནི་ཁོང་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ཐོན་དཔལ་འཕྲོར་ཐོན་
 སྐྱེད་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་དང་ཁང་ཏུ་ཅང་རིང་མོ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། རོན་དངོས་སུ་སྤྱི་སྡེ་པ་རྣམས་
 མཚོགས་ཏུ་ལྟ་བུ་དེ་ནི། ཁོང་རྣམས་ཀྱིས་གཏོར་ཚོལ་རང་བཞིན་ཀྱི་ལག་ཆ་ལ་སྤངས་འཛིན་བྱས་
 ཏེ་བྱད་མེད་དང་མི་གཞན་ལ་སྤངས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡུལ་རྒྱས་གོང་འབེལ་སྤྱོད་པའི་མཚུགས་འབྲས་
 འཕྲིན་ལེན། ཅེས་བརྗོད་ཡོད་པ་ཡིན། མོས། བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱིས་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་དགོས་
 མཁོ་ལ་དཔག་པའི་ཐོན་སྐྱེད་རིགས་གསར་གཏོད་བྱས་ཡོད་ནའང་། སྤྱི་བོ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་
 ལས་ཚོགས་ཏེ་མདའ་གཞི་མཛུགས་པའི་སྤྱི་གསལ་གཏོར་ཚོལ་རང་བཞིན་ཀྱི་ལག་ཆ་གསར་གཏོད་
 བྱས་ཡོད་པར་བརྗོད་དེ། རི་དྲགས་ཚོན་པའི་གལ་གནད་རང་བཞིན་དེ་ནི་དཔལ་འཕྲོར་ཐོན་སྐྱེད་
 ཅིག་མ་ཡིན་པར། དེ་ནི་རང་བྱུང་ཁམས་དབང་སྤྱི་དང་འབྲེལ་བའི་དམིགས་འབེན་གཞན་ཞིག་
 ཡིན་པར་ཚོད་འགག་གནད་འདུག

ལུམ་མེ་སི་(Mies)ཡིས། རི་དྲགས་ཚོན་པའི་འབྲེལ་ལས་ཅམ་མིན་པར། དེ་ནི་སྤྱི་སྡེ་
 པ་རྣམས་ཀྱིས་རང་བྱུང་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱེད་པ་དང་། མི་དང་མི་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱེད་པ། བྱད་
 མེད་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱེད་པའི་འབྲེལ་ལས་ཀྱི་གྲུབ་ཆ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་པར་བསྟན། མོས་ཉེ་དུས་
 ཚོན་པའི་སྤོར་ཀྱི་ཞིབ་འཇུག་ཡིག་ཆ་རྣམས་བེད་སྤྱོད་དེ་བསྟན་པ་ལྟར་ན། གནའ་མོའི་ཚོན་པ་
 རྣམས་ཀྱིས་ཚོན་བྱའི་རི་དྲགས་རྣམས་ལ་འགྲུགས་སྤྱད་མེད་པ་ཡིན། འཕྲིན་གསལ་ཐོན་ཀྱི་གཏོར་
 མིའི་མི་སྲུང་རྣམས་ལ་མཚོན་ན། ཏུ་ཅང་གི་ཞི་བདེ་རང་བཞིན་ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། ཁོང་ཅག་
 གིས་དབྱེ་འབྲེད་དང་ཁ་ཚོད། ལུས་མཐུ་སོགས་ཤེས་ཀྱི་མེད་པ་འདྲ། ཁོང་ཚོ་ཐག་རིང་ལ་ཚོན་
 བྱེད་དུ་འགྲོ་བ་ནི་འགྲུགས་པའི་རིང་བཞིན་ཞིག་མིན་པར། ཁོང་ཅག་གིས་ཚོན་པའི་རི་དྲགས་རྣམས་

པ་སྤྱང་རྗེ་སྐྱེ་བཞིན་ཡོད་པ་ཡིན། རི་སྤྱང་ཚོན་པའི་ལས་དེ་གནས་པ་དེ་སྤྱི་དུ། ཁོང་ཅག་གིས་
 བལྟ་གཞིག་རང་བཞིན་ཀྱི་ཐོན་སྐྱེད་དེ་ཤེས་མི་སྤྱི་དཔེ་ཞིག་ཡིན། སྤྱི་བོ་མོའི་བར་གྱི་ཐོན་དབང་
 རིང་ལུགས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཐོག་མར་སྤེལ་མཁན་རྣམས་ནི་རྩ་མང་སྤྱང་དུ་གནས་པའི་མི་རྣམས་
 ཡིན་པ་ཡིན། རྩ་མང་དུ་གནས་པའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་གོ་མཚོན་ཀྱི་བདག་དབང་དེ་སྤྱིར་གཙོད་བྱེད་
 ཀྱི་ཡོད་པ་ལྟར། མི་རབས་མང་མོར་བྱེད་ལས་དེ་མཚུགས་བསྐྱེད་པའི་ལོང་བ་ཞིག་ཡིན། གོང་
 གི་གནས་སྤངས་འདིས་རང་བྱུང་ཁམས་དང་མོ་མོའི་རལ་ཚོལ་ཀྱི་དབྱེ་བ་རང་བཞིན་ཀྱི་འབྲེལ་
 བ་དེ་བསྐྱེད་ཡོད་པ་ཡིན། རྩ་མང་གི་འབྲོག་པ་རྣམས་ལ་མཚོན་ན། གནའ་མོའི་ཚོན་པ་ལྟར་མ་
 ཡིན་པར། བྱད་མེད་ནི་དངོས་ཐོག་ཐོན་སྐྱེད་བྱེད་མཁན་དང་བཟའ་བཏུང་སྐྱེ་བ་མཁན་གལ་ཆེན་
 རང་བཞིན་ཞིག་ལ་གཟེགས་ཀྱི་མེད་པར། བྱད་མེད་རྣམས་ནི་སྤྱ་བུ་གསོ་སྦྱོང་བྱེད་མཁན་དང་
 དམིགས་བསལ་གྱི་སྤྱ་བུ་མོ་སྤྱི་འབྲེལ་བྱེད་སྤྱད་དང་། བྱད་མེད་ཀྱི་ཐོན་སྐྱེད་ལུས་པ་ནི་སྤྱ་བུ་
 སྤྱི་འབྲེལ་ཁོ་ན་ཅམ་ལ་ངོས་འཛིན་བྱས་ཏེ། ཡོད་ཚད་སྤྱི་སྡེ་པ་རྣམས་ཀྱི་དབང་བསྐྱར་འོག་ཏུ་
 བཅུག་ཡོད་པ་ཡིན།

གནས་སྤངས་འདི་ལས་མོས་མཚུགས་སྤོང་བརྒྱབ་པ་ལྟར་ན། གོང་གི་གནད་དོན་འདི་
 དག་ལས་གཅིག་བྱས་ན་རྩ་མང་གི་འབྲོག་པ་རྣམས་ནི་དབང་སྐྱར་གྱི་འབྲེལ་ལས་ཡོད་ཚད་ལ་
 དབང་བསྐྱར་ཡོད་པ་སྤྱི་དང་། དམིགས་བསལ་སྤྱི་སྡེ་པ་རྣམས་ནི་བྱད་མེད་ལ་དབང་བསྐྱར་མཁན་
 གཙོ་མོ་ཡིན་པ་ཡིན། གོང་གི་དབྱེད་ཞིབ་དེ་ལས་ང་ཚོས་ཤེས་ཐུབ་པ་ནི། མོ་མོ་འདྲ་མཉམ་མིན་
 པའི་རལ་ཚོལ་རང་བཞིན་ཀྱི་འབྲེལ་བ་དང་། སྤྱི་སྡེ་པ་རྣམས་ནི་འགྲུགས་ཐོན་པར་ལངས་ཤོར་
 དུ་སོང་བ་དང་། ཐོན་སྐྱེད་བྱེད་སྤངས་ཡོད་ཚད་ནི་སྤྱི་བོ་ལི་སྤྱིར་གཙོད་ཀྱི་དབང་ཆ་ལ་མང་
 གཞི་བྱས་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུ་མང་མོ་ཞིག་ཐད་ཀར་གོ་མཚོན་དང་རྩལ་སྤྱོད་ཐོན་པས་བལྟ་
 གཞིག་རང་བཞིན་དང་དབང་བསྐྱར་རང་བཞིན་ཀྱི་མོ་མོའི་འབྲེལ་ལས་གསར་གཏོད་དང་རྒྱད་
 འཛིན་བྱས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན།

ལུམ་མེ་སི་(Mies)ཡིས། དེ་ལྟ་བུའི་མོ་མོའི་བར་གྱི་ཆ་མི་སྤོངས་པའི་རལ་ཚོལ་གྱི་
 བྱེད་ལས་དེ་དག་ནི། དང་ཐོག་སྤྱི་བོ་རྣམས་ཀྱི་བཅོན་དབང་དང་རྩལ་སྤྱོད་ཀྱིས་གསར་འཇུགས་

བྱས་ཤིང་། དེའི་འགྲོ་བའི་དབང་ལྷོ་བས་ཅན་གྱི་ལྷ་བྱུང་འོག་ནས་རང་གིས་དང་རྒྱལ་ཁབ་སོགས་
གི་ལྷོ་གནས་བརྒྱུད་དེ་རྒྱུན་བསྐྱར་ས་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། དེ་དག་ཅུང་མ་ཟད། མོ་དབང་རིང་
ལུགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལྷན་པའི་ཚོས་ལུགས་ཀྱིས། བྱད་མེད་ནི་རང་བྱུང་གི་ཆ་ཤས་ཡིན་པ་
གང་ཞིག་ལ། དེས་པར་དུ་སྐྱེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤངས་འཛིན་དང་དབང་བསྐྱར་བྱེད་དགོས་པར་
འགྲེལ་བརྗོད་བྱས་པར་བཤད་འདུག།

མདོར་བསྡུས་ན། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཁྲིད་དུ་འདྲ་མཉམ་མིན་ཞིང་གྲུལ་རིམ་རང་བཞིན་གྱི་
ངལ་ཚོལ་གྱི་དབྱེ་བ་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་བ་ལྟར། རི་དུགས་ཚོན་པ་དང་དག་ལས་སྐྱེས་མཁན་གྱི་
སྐྱེས་པ་རྣམས་ཀྱི་བྱེད་ལས་འོག་ཏུ། རང་ཉིད་ཀྱི་ཚོན་སྐྱེད་གང་ཡང་བྱེད་མ་ཐུབ་པར། ལོ་མཚོན་
བེད་སྐྱོད་ཀྱིས་ཚོན་སྐྱེད་པ་གཞན་རྣམས་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱས་པ་དང་། རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིན་ཡོངས་
སྐྱེད་གཙོད་ཀྱི་མ་ཚུགས་ལོ་ལྟོ་གི་དབང་དུ་འོར་བའི་ཚོགས་ལྷན་སྐོམ་གཞི་དེའི་ལམ་ལུགས་
རང་བཞིན་གྱི་འོག་ཏུ་ཚུད་ཡོད་པ་རེད།

ངས་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་དེའི་གོ་དོན་རྟོག་རྟེན་ལས་བེད་སྐྱོད་ཆེན་པོར་མཚོང་
བའི་མོ་དབང་རིང་ལུགས་པ་གཞན་ཞིག་ནི་ལྷོ་མིར་ལིར་(Gerda lerner)ཡི་ཞིབ་འཇུག་
ཡིག་ཚགས་དེ་རེད་ལ། ཁོང་གི་ཚོད་གཞི་གཅིག་ནི། མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་དེ་གསར་
དུ་རྒྱགས་པའི་དུས་རིམ་གྱི་ཁྲིད་དུ། རྒྱ་རྒྱུན་གཅིག་རྒྱུང་བའི་གཞུང་ལུགས་དང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དུས་
རྒྱུས་ཀྱི་བྱུང་བ་གཅིག་ལ་ལྷ་བར་དགག་བཞིན་པ་དེ་རེད། ཁོང་གིས་ཚོད་པ་རྒྱག་བཞིན་པ་
ནི། དེ་རིང་རྩོམ་མཚོང་བའི་སྐྱེས་པ་མཚོག་ཏུ་ལྷ་བའི་གནད་དོན་དེ་ནི་དུས་རྒྱུས་གཅིག་གི་
རྒྱུས་སུ་བྱུང་བ་ཞིག་མིན་པར། བལ་ཆེར་ལོ་རྩིས་སྟོང་ལྷ་བ་རྒྱག་གི་རིང་ལ་རྒྱ་རྒྱུན་སྐྱ་
ཚོགས་པ་ཞིག་གི་དབང་འོག་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད།

ལྷོ་མིར་ལིར་(Gerda lerner)ཀྱིས། བྱད་མེད་ཀྱིས་ལོ་རྒྱུས་ཁྲིད་དུ་མོ་དབང་
རིང་ལུགས་དང་འདྲ་མཉམ་ལ་འཐབ་ཚོད་བྱས་པའི་གལ་གནད་ལ་དམིགས་བསལ་དོ་སྣང་བྱེད་
འགོ་རྒྱགས་ཏེ། མོས་ལོ་རྒྱུས་ཁྲིད་དུ་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་དེ་ཅི་རྒྱུར་ལམ་ལུགས་རང་
བཞིན་ཞིག་ལ་འགྱུར་བར་ཉམས་ཞིབ་བྱེད་འགོ་བཙུགས་ཤིང་། མོ་དབང་རིང་ལུགས་ནི་ལོ་

རྒྱུས་ཀྱི་ཁྲིད་དུ་ག་དུས་ཤིག་ལ་འགོ་རྒྱགས་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེ་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་ཁྲིད་
དུས་ནས་ཞིག་ལ་མཇུག་སྐྱིལ་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་བརྗོད་དེ། མོས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འཕེལ་རིམ་
གང་འདྲ་ཞིག་གི་རྒྱུས་སུ་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་དེ་དར་ནས་ལྷོ་གནས་རང་བཞིན་དུ་
འགྱུར་བའི་སྐོར་ལ་ཤེས་རྟོགས་ཡོང་ཆེད་ཐབས་ཤེས་གང་ལེགས་གནང་ཡོད་པའི་ཁྲིད་དུ་གཞུགས་
ཀྱི་རྣམ་གཞག་དེ་དག་རྙེད་སོན་བྱུང་བ་རེད།

༡༽ དེ་ནི་སྐྱེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བྱད་མེད་ཀྱི་ཆགས་སྐྱེད་དང་སྐྱེ་འཕེལ་གྱི་རྒྱས་པ་བཅས་ལ་འགྲེལ་
བརྗོད་སྐྱེལ་བ་དང་ཅ་ལག་གི་དོ་ཤོར་བསྐྱར་བ་དེ་ནི་རྒྱ་ལོར་སྐྱེར་བདག་གི་མིང་གཞི་ཡིན་པ་
དང་། དོན་དངོས་སུ་གནད་དོན་དེ་ནི་རྒྱ་ལོར་སྐྱེར་བདག་དང་སྐྱེ་ཚོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལ་བྱུང་བའི་
ཚོན་ནས་དར་ཡོད་པ་རེད།

༢༽ ཚོན་མའི་སྲིད་གཞུང་རྣམས་ཀྱིས་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྐྱེ་ཚོགས་གོ་སྐྱོབ་བྱས་ཡོད་
པ་དང་། དེ་ལྷ་བའི་ཐོག་མའི་འགོ་འཇུགས་དེ་ནས་བཟུང་སྲིད་གཞུང་གིས་མོ་དབང་རིང་ལུགས་
ཀྱི་ཁྲིམ་ཆང་ཞིག་རྒྱན་འཛིན་བྱེད་རྒྱུར་འདོད་མོས་ཆེན་པོ་བཅངས་ཡོད་པ་རེད།

༣༽ དེ་ནི་སྐྱེ་བ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་ཉེ་འཁོར་གྱི་བྱད་མེད་རྣམས་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱས་པའི་
ཉམས་སྤོང་ཡོད་པ་ལྟར། དེ་ལྷ་བའི་ཉམས་སྤོང་དེས་བྱད་མེད་ལ་དབང་བསྐྱར་གྱིས་ལྷོ་གནས་
གསར་འཇུགས་དང་གྲུལ་རིམ་གྱི་དབྱེ་བ་སྐྱེས་ཡོད་པར་མ་ཟད། རྒྱུས་དེ་ནས་བཟུང་བྱན་
གཡོག་ལམ་ལུགས་འགོ་རྒྱགས་པ་དང་མཉམ་དུ། དབང་བསྐྱར་འོག་གི་བྱད་མེད་རྣམས་བྱན་
གཡོག་བྱེད་དུ་བཙུག་ཡོད་པ་རེད།

༤༽ སྐྱེ་བ་མོ་ཡི་རང་བཞིན་ནི་ཐོག་མ་ནས་དམན་སར་བཟུང་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལྷ་བའི་མཚོང་
ཚུལ་ནི་སྲིད་གཞུང་གི་ཁྲིམས་ཡིག་ཏུ་བྲིས་བའི་ཐོག་ནས་སྲིད་གཞུང་གིས་བཅོད་ཤིང་གྱིས་
རྒྱན་འཛིན་བྱས་ཡོད་པ་རེད། བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱི་མཉམ་ཁུབ་བྱེད་ཆེད་ཐབས་ཤེས་མང་པོ་ཞིག་
བཏང་ཡོད་པ་རེད། བཅོད་དབང་བྱས་པ་དང་། བྱད་མེད་རྣམས་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཐོག་ནས་ནང་
མིའི་གས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་མོ་ལ་བརྟེན་དགོས་པར་བཟོས་པ། མཚོ་རིམ་སྐྱེ་ཚོགས་ཀྱི་བྱད་མེད་རྣམས་
ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་ཐོབ་ཐང་ཡོད་པར་བརྗོད་དེ། བྱད་མེད་ཀྱི་གས་ནས་བརྟེན་བཀུར་བྱེད་

དགོས་པ་དང་མི་དགོས་པ་གཉིས་གསལ་དུ་བཅོས་པ་རེད།

༤༽ གནའ་དེང་གཉི་གར་སྐྱེ་བ་པོ་ཡི་གྲལ་རིམ་དེ་ནི་དངོས་ཚོག་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་འབྲེལ་བའི་སྟེང་
བཞག་ཡོད་པ་དང་། དངོས་ཚོག་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་བདག་དབང་ཡོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་མེད་པ་རྣམས་
ལ་དབང་བསྐྱར་བྱས་ཚོག་པ་རེད། འོན་ཀྱང་བྱུང་མེད་ཀྱི་གྲལ་རིམ་ནི་སྐྱེས་པ་རྣམས་ལ་ལས་
འབྲེལ་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྟེང་ནས་བཞག་ཡོད་པར་མ་ཟད། འབྲེལ་བ་དེའི་ཚོག་ནས་སྐྱེས་པ་རྣམས་
ཀྱིས་བྱུང་མེད་ལ་དངོས་ཚོག་སྐྱོད་ཚོག་མིན་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་སྐྱོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

༥༽ གནའ་པོའི་དུས་སུ་བྱུང་མེད་རྣམས་ནི་ཚོས་དཔོན་དང་མངོན་ཤེས་ཅན། མོ་བ་དང་སྐྱོན་
བ་སོགས་བྱས་ནས་འགོ་བ་མི་དང་ལྷ་ཡི་འབྲེལ་ལམ་ཀྱི་བར་དུ་བརྟེན་གཏུག་འོས་པའི་བྱུག་ལས་
གནང་སྲོང་ཡོད་པ་དང་། ལྷ་མོ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་སྲོང་ཡོད་ནའང་། སྐྱེས་པ་ཚོས་བྱུང་མེད་
རྣམས་དུས་ལུན་རིང་པོའི་རྗེས་ནས་བརྒྱུད་ལུས་འབྲེལ་དང་སེམས་ཀྱི་སྲོང་བའི་ཚོག་ནས་མཐོང་
རྒྱུ་བྱས་ཡོད་པ་རེད།

༦༽ བཅོམ་རྒྱལ་རིང་ལུགས་ཀྱི་གཉེན་རྒྱུད་སྟེལ་བའི་ཆེད་དུ། བར་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་
དུ་དབང་ཐང་ཆེ་བའི་ལྷ་མོ་རྣམས་ཁྱི་ལས་མར་པལས་ཏེ། དེ་དག་གི་ཚབ་དུ་དབང་ཐང་ཆེ་བའི་
མོ་ལྷ་རྣམས་ཡར་བསྐྱོས་ཡོད་པ་རེད།

༧༽ གནའ་པོའི་ཉེ་སྤྱོད་(Hebrew)ཚོགས་ཁག་གི་ལྷ་གཅིག་སྤྱི་བའི་ཚོགས་སྡེ་དེས། སྤྱི་
ལུས་ཀྱི་ལྷ་མོའི་ཚོགས་མང་པོ་དམར་གསོད་བཅད་ཡོད་པ་རེད།

༨༽ བྱུང་མེད་དང་ཁྱད་འཕགས་གསུམ་སྐྱོད་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་བརྒྱུད་དེ་དོན་དངོས་དང་ཚབ་
མཚོན་ཀྱི་ཚོག་ནས་བྱུང་མེད་ལ་མཐོང་རྒྱུད་བའི་དཔེ་གཞུགས་དེ་དག་ནི་ལུས་ཕྱོགས་ཀྱི་
དཔལ་ཡོན་ཁོད་ནས་བྱུང་བ་རེད། དེ་ལྷ་བྱའི་དཔེ་གཞུགས་གཞན་དག་ནི་མཚན་ཉིད་རིག་པ་
ཨ་རེ་སི་ཱོ་ཱོལ་(Aristotel)ཀྱི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་ལས་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་གི་ལྷ་བྱའི་
དེའི་ནང་དུ། བྱུང་མེད་ནི་ཆ་མི་ཚང་བ་ཞིག་དང་། སྐྱོན་ཅན་ཀྱི་མི་ཞིག་ཡིན་སྐབས་སྐྱེ་བ་པོ་
ལས་ལོགས་སུ་བཏོན་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་གི་ལྷ་བྱའི་དེ་ནི་འགལ་འདྲུ་རང་བཞིན་ཀྱི་གཞུགས་
རྒྱན་གཉིས་ལས་གསལ་དུ་བཅོས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནི་ཚོག་མར་ལུས་སྤྱིང་གི་དཔལ་ཡོན་ཁོད་དུ་

དང་ཁྱབ་བྱུང་བའི་རྟགས་མཚོན་ཀྱི་རྒྱང་གཞིའི་སྟེང་ནས་ཡོང་བ་ཞིག་རེད། ལྷ་བྱའི་དེའི་ཁོད་
དུ་བྱུང་མེད་རྣམས་དམན་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ནི་རང་བྱུང་གི་སྤྱང་རྒྱུ་ཞིག་ལ་མཐོང་གི་ཡོད་པས།
བྱུང་མེད་ལ་མཐོང་རྒྱུད་བཞིན་པ་དེ་མངོན་གསལ་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་འདུག་དོན་དངོས་
སུ་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལས་ལུགས་དེ་ཚོག་མར་ལྷ་བྱའི་འདིས་གསལ་དུ་བསྐྱེད་ཞིང་། རྗེས་
སུ་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ནི་དོན་དངོས་ཤིག་དང་ལྷ་བ་ཞིག་དུ་སྐྱུར་ཡོད་པ་རེད།

ལྷ་མོ་བ་ཡི་ནང་གི་མོ་དབང་རིང་ལུགས་དང་དེའི་འབྲུང་ཁྱད་པུས།

༡༽ དས་ཤེས་རྟོགས་ལྟར་ན། རྒྱ་གར་ནང་དུ་མོ་མོའི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་རིགས་དབྱེ། གྲལ་
རིམ་སོགས་ཀྱི་ཚོག་ནས། མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྐྱོམ་གཞི་བརྒྱུད་དེ། མོ་དབང་རིང་ལུགས་
ཀྱི་འགོ་ཁྱད་པུས་འཚོལ་བར་ཐབས་ཤེས་འགའ་པེ་བྱས་འདུག་རིགས་དབྱེ་དང་མོ་མོའི་རྟགས་ཀྱི་
དབྱེ་བའི་གྲལ་རིམ་དེ་ནི། རྒྱ་གར་ནང་གི་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ཅ་བའི་སྐྱོམ་གཞིར་དབྱུང་
ཞེས་གནང་མཁན་ལུས་ཆ་ཁི་ར་བར་ཏེ་(Uma Chakravarti)ཡིས་རིགས་རྩས་དབྱེ་འབྲེད་
དང་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་མོ་མོ་དབྱེ་འབྲེད་ཀྱི་འབྲུང་ཁྱད་པུས་ནི། རྒྱ་གར་ཀྱི་རིགས་རྩས་མཐོ་
བ་ལྷེ་ར་མན་(Brahmanical)སྤྱི་ཚོགས་ཅ་འཛིན་ཡིན་པར་ཚོད་ཤིག་གནང་སྟེ། དོན་དངོས་
སུ་ང་ཚོས་དེ་རིང་མཐོང་བའི་སྤྱང་རྒྱུ་འདི་དག་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཁོད་དུ་གནས་མེད་ནའང་། སྤྱི་ཚོགས་
ཀྱི་འཕེལ་འགྲུལ་ཁོད་དུ་ལུས་ལུན་གང་འཚམས་ཤིག་གི་རྗེས་སུ་འགྲུལ་བ་སྤྱིན་ཡོད་པར་བརྟོན།
ཁོ་མོས་རྒྱ་གར་ཀྱི་གནའ་པོའི་མོ་རྒྱུས་རིག་གཞུང་གི་ཞིབ་འཇུག་ལ་རྒྱང་གཞི་བྱས་ཏེ་ཚོད་པ་
རྒྱག་དོན་ནི། རྒྱ་གར་ཀྱི་གདོད་མའི་མོ་རྒྱུས་ཁོད་དུ་བྱུང་མེད་ཀྱི་དངོས་ཚོག་ཐོན་སྐྱེད་དང་སྤྱི་
གྲུ་སྐྱེ་འབེལ་སོགས་ཀྱི་བྱེད་ལས་ནི་ཅ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་བྱས་ཡོད་པ་དང་། རི་
དུགས་རྟོན་པ་དང་ཐས་པོས་ནགས་ཁོད་དུ་འཚོལ་བའི་དུས་སྐབས་སུ། མོ་མོའི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་
བའི་ངལ་རྩོལ་རིགས་གཅིག་ཀྱང་བྱུང་མེད་པ་དང་། ཁོ་མོའི་ཞིབ་འཇུག་གྲུབ་འབྲས་འདི་གོང་
དུ་བརྟོན་ཐེན་པའི་ལུས་ལེར་ལེར་(Gerda lerner)ཀྱི་དགོངས་རྒྱུ་ལོ་བསྐྱར་དང་ཉ་ཅང་ཉེ་

བར་ཆགས་ཡོད། ། ཁོ་མོར་མཚོན་ན། རྗེ་ཆས་དུས་རབས་བར་མའི་ནང་རྒྱ་གར་དབུས་ཁུལ་
དུ་བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱིས་བཟའ་བཏུང་གི་དོན་ལྟར་ཁོའི་བསྐྱེད་པའི་ལས་དོན་ཅམ་དུ་མ་
ཟད། དེ་དུགས་རྗེན་པའི་ལས་དོན་གྱི་ནང་དུ་ཡང་ཞུགས་ཡོད་པར་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་འདུག ལོ་
རྒྱུས་མཁས་དབང་ལྷ་ཚོགས་ཀྱིས་རྒྱ་གར་དབུས་ཁུལ་གྱི་བྲག་ཕྱག་གི་དེ་མོར་ཞིབ་འཇུག་གནང་
བ་གཞིར་བཟུང་ནས་མོས་བཤད་རྒྱུར། བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱིས་བཟའ་བཏུང་ནགས་ཁོད་དུ་འཚོལ་
བ་དང་སྤྱོད་ནས་དེ་དུགས་རྗེན་པའི་དཔལ་འབྱོར་འདུ་འགོད་ཀྱི་ལས་དོན་གལ་ཆེན་རིགས་ནི་
བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་འཕེལ་གྱི་རྒྱས་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་
དུ་བྱུང་མེད་ཀྱི་ཆགས་སྲིད་ནི་ཉེན་ཁ་ཞིག་མིན་ཁར། གཞན་གྱིས་སྤངས་འཛིན་བྱེད་དགོས་པ་
ཞིག་ཀྱང་ཆགས་མེད་པ་རེད། རྒྱལ་ལོ་གཞན་ཞིག་ནས་བལྟས་ན་མའི་རིགས་ཀྱི་འཚོ་སྤོང་ནི་
བྱུང་མེད་ཀྱི་སྐྱེ་འཕེལ་གྱི་རྒྱས་པ་ལ་བརྟེན་ཡོད་པས། བྱུང་མེད་ཀྱི་སྐྱེ་འཕེལ་སྤོངས་ཕྱགས་ལ་
སྤྱི་ཚོགས་ཁོད་བརྗེ་མཚོང་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་རེད། ཁོ་མོས་གོང་གི་གནས་སྤངས་དེས་སྤྱི་མའི་
དུས་སྤྱི་བྱུང་མེད་ཀྱི་ཨ་མའི་རང་གཤིས་དང་རྒྱུད་སྤེལ་གྱི་རྒྱས་པ་ལ་བྱུག་མཚོང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་
པར་འབྲེལ་བ་རྗེས་ཡོད་པར་གསུང་འདུག གང་ལྟར་བྱུག་མཚོང་དེ་ནི་དེ་མོ་བཞིན་སྤྱི་ཚོགས་
ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཁོད་དུ་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བར་འགྲུར་བ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་དེ་ཡང་ཨར་ཡན་
(Aryan)ཀྱི་མི་རྣམས་ཀྱིས་ས་སྐྱེས་རྗེ་སྐྱེས་ཀྱི་ཡུལ་མི་རྣམས་ལ་བཅོན་གཤེད་ཀྱིས་ལོགས་སྤྱི་
བྱུང་ནས་ས་ཆ་ཆེན་པོའི་བདག་དབང་བཟུང་ནས་ཡུལ་མི་དེ་རྣམས་ཁོང་ཅག་ལས་རིགས་དམན་
པ་ཡིན་པར་བསམས་པའི་རྗེས་སྤྱི་དང་འགོ་རྒྱུགས་ཡོད་པ་དང་། ཁོང་ཅག་གིས་སྐབས་དེར་
མི་མང་པོ་དམར་གསོད་བཏང་བར་མ་ཟད། བྱུང་མེད་མང་པོ་ཞིག་བྲན་གཤོག་ཏུ་བཀོལ་ཡོད་
པ་རེད། ལུ་ཆ་ཆ་ཁི་ར་བར་ལེ་(Uma Chakravarti)ཡིས་གོང་ཞུས་ལུ་མ་ ཡིར་ལེར་(Ger-
da lerner)ཀྱི་དགོངས་ཚུལ་དང་བསྐྱེད་ནས། རྒྱ་གར་གྱི་གདོད་མའི་ལོ་རྒྱུས་ཁོད་དུ་མི་མང་
པོས་བྲན་གཤོག་ཏུ་བཀོལ་བ་རྣམས་ནི་བྱུང་མེད་ཡིན་ཡིན་ལྟ་ཚུལ་ལ་རྗེས་ཤིག་གནང་ཡོད་པ་
རེད།

ཨར་ཡན་(Aryan)རིགས་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱིས་དངོས་
ཚོགས་སྤྱི་ལག་ཆེན་པོ་འབྱུང་བཞིན་ཡོད་ནའང་། མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ནང་མིས་
བྱུང་མེད་ལ་སྤངས་འཛིན་བྱེད་འགོ་རྒྱུགས་ཡོད་པ་རེད། དུས་ཚོད་ཀྱི་འགྲུར་བ་དང་ལྷན་དུ་སྤྱི་
མའི་སྤོང་གྱི་ལོ་༢༠༠༡ ། དུས་ནས་ཞིག་ནས་ཞིང་ལས་དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་བ་དང་། དེས་བཞིན་
གོང་ཁྲིའི་ཆགས་རིམ་གཉིས་པའི་སྐབས་སུ། རིགས་དུས་དང་གལ་རིམ་གྱི་རྣམ་པ་དབྱེ་འགོ་
རྒྱུགས་ཡོད་པ་རེད། སྐབས་དེ་ནས་བཟུང་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་དང་རྗེ་ར་མ་ན་(Brah-
mana)ཀྱི་རིགས་དབྱེ་དེ་ཚོགས་མར་བྱུབ་ཡོད་པ་རེད། སྐབས་དེ་ནས་བཟུང་སྐྱེས་པ་རྣམས་
ཀྱིས་བྱུང་མེད་ལ་དབང་བསྐྱུར་བྱེད་པའི་ལས་ལུགས་དང་མོ་མོ་གཉིས་ཀྱི་སེམས་ཁུལ་འདི་རིགས་
བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ནི། རྒྱ་གར་གྱི་དཔེ་རྒྱུད་རིག་པེ་ཏ་(Rig Veda)ཞེས་པའི་ནང་དུ་གསལ་
ཡོད་པ་དང་། དེ་ནས་ལྷ་དང་ལྷ་མོ་རྣམས་ཀྱི་འབྲེལ་ལམ་ནི་ཡང་བའི་གནས་སྤངས་ཤིག་ལ་ལྷ་
འགོ་རྒྱུགས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་སྐབས་དེ་དུས་བྱུང་མེད་ལ་ལུས་སྤོངས་མེད་པ་ཞིག་
དང་དབང་ཆ་མེད་པ་ཞིག་སྐྱེ་བ་ལོ་ལོ་སྐོ་སེམས་དཀར་ཞིང་སྐྱེས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་སྤྱི་འཇུག་
མཁན་ཞིག་ཡིན་པའི་ཟུར་སྤོང་དབྱེད་ཡིག་ཀྱང་ཡོད་པ་རེད། དུས་དེ་ནས་བཟུང་གདོད་མའི་
དུས་རྒྱུད་བྱེ་བྲག་པ་དེ་འདྲར་མཚོང་རྒྱུད་འགོ་རྒྱུགས་པ་དང་། ཁོང་ཚོ་ནི་བྲན་གཤོག་ལྷ་
བྱར་བཅིས་པའི་ཚོགས་ཞིང་ལས་ཁོད་དུ་བྲན་ཏུ་བཀོལ་ཡོད་པ་རེད། དུས་སྐབས་དེར་ཨར་
ཡན་(Aryan)ཀྱི་བྱུང་མེད་རིགས་གཅིག་དུས་རྒྱུན་ནས་ཁྲིམ་ལ་བཅུག་སྟེ་དཔལ་འབྱོར་མཁོ་
སྤྱི་བྱེད་ལས་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པར་བཅོས་པ་རེད།

ལུ་ཆ་ཆ་ཁི་ར་(Angels)ཀྱི་ལྷ་དགོངས་དང་འདྲ་བར། ལུ་ཆ་ཆ་ཁི་ར་བར་ལེ་(Uma
Chakravarti)ཡིས། སྐབས་དེ་ནས་བཟུང་རྒྱ་ལོ་སྤེལ་བདག་བྱེད་འགོ་རྒྱུགས་ཉེ་རིགས་
རྒྱུད་གཅོང་མ་དགོས་པའི་འདུ་ཤེས་ཚོགས་མར་བྱུང་བ་ལྟར། བྱུང་མེད་རྣམས་ལ་མཚོང་རྒྱུས་
པ་དང་། བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱི་འགོ་འདུག་ལ་སྤངས་འཛིན་བྱས་ཡོད་པ་དང་། ཁོང་ཚོའི་ཆགས་
སྲིད་ལ་ཡང་སྤངས་འཛིན་ནན་པོ་བྱེད་རྒྱུ་འགོ་རྒྱུགས་པ་རེད། བྱུང་མེད་ལ་དབང་བསྐྱུར་བྱེད་
པའི་ཐབས་ལམ་འདྲ་མིན་སྤྱད་དེ་གོ་རིམ་འདྲ་མིན་ནས་སྤངས་འཛིན་བྱས་ཡོད་པ་རེད། ཐབས་

གཤམ་འབྲེ་མེན་སྤྱད་པའི་ཁོད་ཀྱི་ཐོག་མ་ནི་ལྷ་བྱུང་བེད་སྤྱད་དེ་བྱུང་མེད་ནི་གཞན་གྱི་ཚུང་མ་
 བྱེད་རྒྱ་དེ་ཡིན་པར་སྐྱབ་ཡོད་པ་རེད། སྐབས་དེར་བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱིས་གཞན་གྱི་ཚུང་མ་བྱེད་
 རྒྱར་མོས་མཐུན་ཡོད་པར་མ་ཟད། མི་ཆེ་གཅིག་ལ་གཞན་གྱི་ཚུང་མ་བྱེད་པའི་མངོན་འདོད་
 བསྟན་སྤོང་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནི་བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱིས་དང་དུ་སྤངས་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད།
 དེ་ལྷ་བྱུང་གི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་གི་གྲུལ་རིམ་དང་འབྲེ་ཉམས་མེན་པའི་གནས་སྤངས་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཁོད་
 རིགས་མཐོ་བའི་བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱིས་བཟོས་ཡོད་པ་དང་། རིགས་མཐོ་བའི་བྱུང་མེད་རྣམས་
 རང་ཉིད་ལ་མི་གཞན་གྱིས་དམན་པར་ལྷ་བའི་སྤང་རྒྱུ་དེ་མེད་པར་བཟོས་པར་བརྟེན་ནས། མོ་
 དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་རང་བཞིན་དང་ལྷ་བ་དེ་རྣམས་ནི་རང་བྱུང་གི་སྤང་རྒྱུ་ཞིག་
 ཆགས་ཡོད་པ་རེད།

ཐབས་ལམ་གཉེས་པ་ནི་ཁྲིམས་སྤྱིག་དང་ལམ་ལུགས་སྤོལ་ཡིན་པ་རེད། ཟླ་ར་མན་
 (Brahman)རྣམས་ཀྱིས་བྱུང་མེད་རྣམས་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལྷ་བྱུང་སྤྱིག་
 སྤོལ་འོག་ཏུ་འཇུག་ཐབས་བྱས་ཡོད་པ་རེད། ཐབས་ལམ་གསུམ་པ་ནི། སྤིང་གཞུང་གི་ངོས་
 རས་བྱུང་མེད་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱས་ཡོད་པ་རེད། གལ་ཏེ་བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱི་གཉེན་ཉེ་སྤྱི་བ་མོ་
 རྣམས་ལ་དབང་ཆ་སྤྱད་ཡོད་ནའང་། བྱུང་མེད་ལ་དབང་བསྐྱར་ཐབས་མ་བྱུང་བས། སྤིང་གཞུང་
 གིས་བཅོན་དབང་གི་སྤོལ་ནས་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ལག་བསྟར་བྱས་ཏེ། སྤྱིས་
 པ་རྣམས་ཀྱིས་འགྲེལ་བཟོད་བྱས་པ་ལྷར་བྱུང་མེད་ཀྱི་བྱ་སྤོང་ལ་ཁྲིམས་སྤྱིག་གི་ཚད་གཞི་བཟོས་
 པ་རེད། མཐར་གཏུག་ག་གཏོད་མའི་སྤིང་གཞུང་གིས་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱས་པའི་ཐོག་ནས་མོ་དབང་
 རིང་ལུགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་དེ་གསར་དུ་བཟོས་པར་མ་ཟད། དེ་ནི་ལྷ་བྱུང་ཚམ་མ་ཡིན་པར་
 ལག་ལེན་གྱི་ཐོག་ནས་ཀྱང་དོན་དངོས་སུ་བསྐྱར་ཡོད་པ་རེད།

ལུམ་ཆ་ཁི་ར་བར་ལེ་(Uma Chakravarti)ཡིས། རིགས་དབྱེ་འབྲེ་མེན་དང་གྲུལ་
 རིམ་འབྲེ་མེན། ས་གནས་འབྲེ་མེན་གྱི་ནང་དུ་སྤིང་གཞུང་གིས་བྱུང་མེད་ལ་སྤངས་འཛིན་བྱེད་
 སྤངས་མ་འདྲ་བ་དང་འགལ་འདུ་རང་བཞིན་ཅན་རྣམས་ངོས་འཛིན་གནང་ཡོད་ནའང་། ཁོ་མོས་
 སྤྱི་ཡོངས་ནས་དེ་སྤོལ་གྱི་རྩ་ར་ཏ་མན་(Brahman)སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རིགས་དབྱེ་དང་གྲུལ་རིམ་

གྱིས་ཐོག་མར་བྱུང་མེད་ཀྱི་སྤོལ་སྤྱུགས་ནི་ཨ་མ་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་བྱས་ཡོད་པ་དང་། ལྷིས་
 སུ་དེ་ལྷ་བྱུང་སྤོལ་སྤྱུགས་ནི་ཚུང་མ་རྣམས་ཀྱི་དམ་ཚིག་དང་གཅོད་པའི་སྤོང་པ་ལས་བྱུང་
 བར་གཞི་བྱས་ཏེ། བྱུང་མེད་ཀྱི་སྤོལ་སྤྱུགས་ནི་ཨ་མའི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་པར། ཚུང་མའི་
 རང་བཞིན་ཡིན་པ་དང་། འདི་ནི་རྒྱ་གར་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཁོད་དུ་བྱུང་མེད་ཀྱི་རང་བཞིན་དུས་སྤངས་
 སུ་བྱུང་བའི་ལྷ་སྤྱང་རང་བཞིན་གྱི་སྤོལ་གཞི་ཚུགས་པ་དང་། དེ་ལྷ་བྱུང་གནས་སྤངས་བརྒྱད་
 བྱུང་མེད་ཀྱི་ཆགས་སྤེད་ལ་ཁྲིམས་ལུགས་ཀྱི་ས་མཚམས་བཟོས་ཏེ་སྤོལ་གཞི་ལྷ་བྱུང་བསྐྱར་
 བར་འདོད།

ལུམ་ཅག་ར་བར་ལེ་(Uma Chakravarti)ལ་མཚོན་ན། ལུགས་སྤོལ་འདི་ལྷ་བྱུང་
 སྤོལ་གྱི་བྱུང་མེད་ཀྱི་གྲུལ་རིམ་རང་བཞིན་དང་རྗེས་སྤོགས་ཀྱི་བྱུང་མེད་ཀྱི་གྲུལ་རིམ་རང་བཞིན་
 བེ་རྒྱ་གར་ནང་དུ་དུས་ད་བར་དུ་གནས་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་གར་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་བྱུང་མེད་ཀྱིས་
 སུ་བྱུང་བའི་ལུས་པ་དེ་ནི་ཁྲིམས་སྤྱིག་རང་སྤང་དང་གཅོད་པའི་སྤོང་པ་རང་བཞིན་ལ་ངོས་འཛིན་
 ཀྱིས་ཐོ་ཐོ་གཉེས་ཀྱིས་བྱུག་མཚོད་བྱས་ཡོད་པ་རེད།

ལུམ་ལེར་ལེར་(Gerda Lerner)གྱི་ལྷ་དགོངས་དང་འབྲེ་བར། ལུམ་ཆ་ཁི་ར་བར་
 ལེ་(Uma Chakravarti)ཡིས་ཀྱང་ཆེས་ཡིད་བྱེད་བཞིན་པ་ལོ། མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་
 བ་དེ་ནི་བ་ཡིས་བྱུ་ལ་མན་སེམས་ཀྱི་ལྷ་སྤོང་བྱེད་པའི་ལམ་ལུགས་ཤིག་གསལ། ལམ་ལུགས་
 དེའི་ཁོད་དུ་སྤོལ་སེམས་དཀར་བའི་བྱུང་མེད་རྣམས་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་ཐོབ་ཐང་དང་བདེ་
 འཇགས་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། དེ་ལྷ་བྱུང་བ་ཡིས་མན་སེམས་ཀྱིས་བྱུ་སྤོང་བའི་ལམ་ལུགས་ཁོད་
 དུ་བྱུང་མེད་ཅེ་འགར་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་དགོན་པའི་ཆེ་མཐོང་གི་རིགས་ཀྱང་སྤྱད་དེ་རྩྭ་ག་འཛིང་
 རིང་བཞིན་དུ་བསྐྱར་ཡོད་པ་རེད།

གོ་རིམ་དེའི་ཁོད་དུ་བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱི་བསམ་སྤོལ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་མེད་ནི་
 དམན་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་འདུ་གཤམ་བསྐྱུན་ཡོད་སྟབས། བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱིས་དུས་རྒྱུན་རང་ཉིད་
 སྤྱི་ཐོ་ཐལ་བ་ཞིག་ཡིན་པར་སེམས་ནས་རང་ཉིད་ལ་མཐོང་རྒྱུ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་གར་
 རང་དུ་བྱུང་མེད་རྣམས་ལ་ད་དུང་སྤྱི་ཚོགས་ཁོད་དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་ལུས་པ་ནི་གཅོད་པའི་སྤོང་པ་

ལྷན་ཞིང་མོ་གཏང་བཙུག་ཚོགས་པ་ཞིག་ཡིན་ཚུལ་གྱི་ཡིད་ཆེས་བསྐྱུན་ཡོད་པ་རེད། རྒྱ་གར་གྱི་
 བྱང་མེད་རྣམས་ཀྱིས་རང་ཉིད་མོས་བཏང་བའི་ཐོག་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁྱད་དུ་འཕགས་པ་དང་
 ལུས་ཤུགས་ལྷན་པ་ཞིག་ཡིན་པར་མཐོང་གི་ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་ཁོང་ཚོས་རང་ཉིད་སྐྱོ་པོ་
 དང་དམན་པར་ལྷ་བ་ལས་ལུས་ཤུགས་གསར་བ་ཞིག་བསྐྱུན་ཡོད་པ་རེད། འཕྲུལ་སྤང་གི་ལྷ་
 རྒྱུད་རིག་གནས་བརྒྱུད་པའི་ཐོག་ནས་བྱང་མེད་ཀྱི་སྟོབས་ཤུགས་དངོས་ནི་སྐལ་ཅིག་དེ་ཉིད་ལ་
 རང་ཉིད་གཞན་གྱི་ཆེད་དུ་མོས་གཏོང་བྱེད་ཐུབ་པ་དེ་ཡིན་པའི་ལྷ་བ་ཞིག་བསྐྱུན་ཡོད་པས། རང་
 ཉིད་ལ་ཚོས་ཀྱི་ལུས་མཐུ་འཛོལ་ཐབས་སུ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྟོབས་ཤུགས་མོས་གཏོང་བྱེད་རྒྱ་དེ་
 རེད། ལྷ་སྤྱང་རང་བཞིན་གྱི་རིག་གཞུང་གི་མ་སྐོམ་མང་པོ་བརྒྱུད་ནས། བྱང་མེད་རྣམས་ཀྱིས་
 རང་ཉིད་ལ་གཞན་དང་མ་འདྲ་བའི་སྟོབས་ཤུགས་ཤིག་ཡོད་པར་འདོད་པ་རེད། དེ་ལྷ་བའི་སྟོབས་
 ཤུགས་ནི་ལྷ་བ་མེད་པའི་ཚོས་ཤུགས་ཀྱི་སྟོབས་ཤིག་ཅིག་དང་། ཡང་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁྱོད་གཞན་ས་
 གནས་སྤངས་རྩོམ་གྱི་ནང་ནས་སྐྱོབ་ཐུབ་པ་དང་། ཁྱོད་གཞན་ས་ཀྱི་སྤྲིམ་སྤྲིམ་ཀྱང་འདག་དེས་
 བའི་སྟོབས་ཤུགས་ཤིག་ལ་དོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ས་ཡིས་བྱ་ལ་ཕན་སེམས་ཀྱིས་
 རྐྱོད་པ་དང་བྱང་མེད་རང་བཞིན་གྱི་རིག་གཞུང་གི་མ་དཔེ་མཚོན་པའི་ལྷ་སྤྱང་གཉིས་མཉམ་དུ་
 བསྐྱུས་པའི་ཁྱོད་དུ། བྱང་མེད་དམན་སར་འཛིན་པའི་ལྷ་བ་དེ་ནག་བསུབ་བཏང་ཡོད་པ་རེད།
 དེ་ལྷ་བའི་སྟོབས་ཤིག་ཞིག་ཀྱང་བྱང་མེད་ལ་འབྲེལ་བ་འཇུགས་རྒྱ་ལས་སྐྱོ་པོ་ཡོད་པ་རེད།

རྒྱ་གར་ནང་མི་ལོ་ཉི་ཤུ་ཅུ་ལ་ཕྱག་ལས་གནང་སྲོང་མཁན་བྱང་མེད་ཐོབ་ཐང་སྐོར་
 ཀྱི་ཆེད་མཁས་པ་དང་ལས་འགུལ་བ་ལྷུ་མ་ཨོམ་མེ་ཉི་(Gail Omvedt)ཡིས། རྒྱ་གར་དང་
 ལུབ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཁྱོད་དུ་གཞུང་ལུགས་འདྲ་མིན་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཏེ་ཐོ་དབང་རིང་
 ལུགས་ཀྱི་འགོ་ཁྲུངས་འཚོལ་ཞིབ་ཀྱིས་སྟོམ་བརྒྱབ་པ་གསལ་གསལ།

༡༽ གཏོད་མའི་སྤྱི་ཚོགས་ནི་ཨ་མ་གཙོར་འཛིན་བྱེད་པ་དང་། ཡང་ན་མོ་མོ་དབྱེར་མེད་ཀྱིས་
 འཚོ་བའི་བཟའ་བཏུང་འཚོལ་བའི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་རེད། རྒྱ་ཆས་དུས་རབས་ཀྱི་མ་དང་དེའི་
 སྟོན་ལ་གོ།

༢༽ གཉེན་འབྲེལ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱ་ཆས་དུས་རབས་སྤྱི་མ་དང་རྒྱ་ཆས་དུས་རབས་གསར་མའི་
 བང་དུ། སྲིད་གཞུང་མ་གྲུབ་པའི་སྟོན་ལ་སྤྱི་ཚོགས་ཚང་མ་འདྲ་མཉམ་ཡིན་པ་དང་། སྲིད་གཞུང་
 གྲུབ་ཏེ་ཐོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བར་ཤུགས་རྒྱུན་ཐེབས་པའི་རྗེས་སུ་འདྲ། སྤྱི་ཚོགས་ཁྱོད་
 དུ་གཉེན་འབྲེལ་བརྒྱུད་ནས་བྱང་མེད་ལ་རང་སྐྱོད་གི་གནས་བབ་སྐྱུན་ཐབས་བྱས་ཡོད་པ་དང་
 བྱང་མེད་ལ་དབང་ཆ་གང་འཚོམས་ཡོད་པ་རེད།

༣༽ སྤྱི་སྲིད་གཞུང་རང་བཞིན་གྱི་གྲུབ་རིམ་སྤྱི་ཚོགས་སྐབས་སུ། དཔལ་འབྱོར་འདྲ་མཉམ་
 མེད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་དང་དམག་ཞེན་རིང་ལུགས། ཚོས་ལུགས་ཀྱིས་རྒྱ་ཁ་བསྐྱར་བ་སོགས་
 འཇུགས་ཡོངས་ནས་བྱང་མེད་དམན་སར་འཛིན་ཐབས་ཀྱི་ལས་སུ་ཞུགས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ལ་
 བྱང་མེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ཚོད་ལེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཐོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལས་ལུགས་རང་བཞིན་
 ཟེར་ཞིང་། སྐབས་དེར་སྤྱི་བ་མོ་ཡིས་བྱང་མེད་ཀྱི་སྤྱི་འཕེལ་ལུས་པ་དང་ཆགས་སེད། དལ་ཚོལ་
 ཀྱི་དབང་ཆ་སོགས་ལ་དབང་བསྐྱུར་ཡོད་པ་རེད།

ལྷུ་མ་ལིར་ལེར་(Gerdalerner)དང་ལྷུ་མ་ཆ་ཁི་ར་བར་ལེ་(Uma Chakravar-
 ti)། ལྷུ་མ་ཨོམ་མེ་ཉི་(Gail Omvedt)བཅས་ཀྱིས་ཡིད་ཆེས་བྱེད་བཞིན་པ་ནི། ཐོ་དབང་རིང་
 ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་དེ་བསྐྱུན་པར་རྒྱ་རྒྱུན་མང་པོ་ཡོད་པའི་གས་ནས་དཔལ་འབྱོར་ཐོབ་སྤྱོད་ཀྱི་
 འཇུགས་ཞུགས་དང་རྒྱབ་སྐྱོད་བཅའ་དབང་གི་ལྷ་བ་སོགས་ཀྱིས། ཐོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་གནས་
 བབ་དེ་གསར་སྐྱུན་བྱས་ཡོད་པ་དང་། ཁོང་རྣམས་ཀྱིས་ཡག་སྤྱོད་ནས་སྟོམ་བརྒྱབ་པ་ལྟར་
 བ། ལྷུ་མ་བུ་ལེ་ཨོར་(Simone de Beauvior)ཀྱིས། སྤྱི་ཚོགས་ནི་སྤྱི་བ་མོ་རེད་ཅེས་པ་དེ་
 རོར་འཇུག་རེད། དེ་ལས་སྲིད་གཞུང་གི་དབང་ཆ་དང་གྲུབ་རིམ་གྱི་བསུ་གཞིག་གཏོང་མཁན་
 བེ་སྤྱོད་པ་རྣམས་ཡིན་སྲིད་ནའང་། སྲིད་གཞུང་མིན་པ་དང་གྲུབ་རིམ་མེད་པ། མོ་མོའི་དབྱེ་བ་
 མེད་པ་ཞིག་ཡོང་སྲིད་པ་དང་། དེ་ལྷ་བུ་སྟོན་ཆད་རྒྱུད་སྐྱོད་ཡོད་པ་ལྟར་མ་འོངས་པར་ཡང་ཡོང་
 གི་རེད། སྐབས་འདིར་ཡང་བསྐྱར་བརྗོད་འདོད་པ་ཞིག་ནི། ད་བར་དུ་ཐོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་
 གཞུང་ལུགས་ཟེར་བ་ཞིག་མེད་པ་དང་། རིག་གཞུང་དང་སྤྱི་ཚོགས་གང་གི་ནང་དུ་ཡོངས་གྲགས་
 ཀྱིས་ཁས་ལེན་པའི་ལས་ལུགས་རང་བཞིན་དེའི་འགོ་ཁྲུངས་ཟེར་བ་ཞིག་མེད་པ་རེད།

ལྷ་མོ་མ་ལེ་ཤེ་(Gail Omvedt)ཡིས། ཅུ་བའི་ཆ་ནས་ཐོ་དབང་རིང་ལུགས་ཞེས་པའི་བར་
ཆད་འདི་ནི་སྤོང་འདྲིས་ལག་ལེན་གྱི་གོ་རིམ་ཁོང་ནས་བྱུང་ཡོད་པ་དང་། བར་ཆད་འདིས་ང་
ཚོར་ཐོ་དབང་རིང་ལུགས་ནི་ལམ་ལུགས་རང་བཞིན་ཞིག་ཡིན་པའི་གལ་གནད་གང་ཡང་བརྗོད་
མེད་པར་མ་ཟད། ལྷ་བ་འདིའི་བྱེད་ལས་རི་ལྟར་ཡིན་པ་དང་། ཐོན་སྐྱེད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་ཚུལ།
ཐོན་སྐྱེད་བྱེད་ཆད། ཆགས་སྲིད་དང་སྐྱེ་འབྲེལ་གྱི་རྣམས་ལ། གཞན་ཡང་ངམ་ཚེས་སོགས་གང་
གས་ཆེན་ཡིན་པ་བཅས་ཀྱི་ཐད་ནས་། བྱད་མེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ཚོད་ལེན་པའི་བཞེད་དགོང་མི་མཐུན་
པར་གྱུར་བར་བཞེད་འདུག

མཚུག་ཚོམ།

སྤྱིར་ཡིན་ན་སྣོ་ཨེ་ཤེ་ལ་ལ་ལུལ་གྱི་བྱད་མེད་མང་ཤོས་ཤིག་གིས་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་
གྱི་བྱད་མེད་ཐོབ་ཐང་ཚོད་ལེན་པའི་གོ་བབ་དེར་ངོས་ལེན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཚོད་འདུག དེ་ནི་ཐོ་དབང་
རིང་ལུགས་དང་གྲལ་རིམ་དབང་བསྐྱར་གཉིས་ཆར་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དང་དེ་གཉིས་གཅིག་
གཅིག་ལ་འབྲེལ་བ་ཡོད་པར་མ་ཟད། གནས་སྣངས་མང་པོའི་ནང་སན་ཚུན་ལ་དབང་བསྐྱར་
བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། དེའི་ཁོང་དུ་བྱད་མེད་ཀྱིས་དུས་རྒྱུན་སྤོགས་གཅིག་ནས་ཐོ་དབང་རིང་
ལུགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་རང་བཞིན་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གྲལ་རིམ་དང་རིགས་དབྱེ་བཅས་ལ་དུས་
གཅིག་དུ་གཤོང་ལེན་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

འདས་པའི་བགང་བྱ་གསུམ་གྱི་རིང་སྣོ་ཨེ་ཤེ་ལ་ཡིད་བྱད་མེད་ཚོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས།
བྱེད་ལས་འདྲ་མིན་གྱི་ཐོག་ནས་ཐོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་དེར་གཤོང་ལེན་སྤྱི་ཚོགས་བྱས་
ཡོད་པ་དང་བྱད་མེད་རང་སྤོང་གི་ཚོགས་པ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ཁོང་གྱི་ལུས་འགྲུལ་ཚོགས་པ་
གཞན་སྟེ། ཆབ་སྲིད་ཚོགས་པ་དང་ཚོང་ལས་ཚོགས་པ་སོགས་བརྒྱུད་ནས་བསམ་གཞིག་ནན་
པོའི་ངང་ནས་ལུས་སོ་སོ་ནས་དུས་གཅིག་ལ་གཤོང་ལེན་དུར་པོ་བྱས་ཡོད་པ་རེད། བྱད་མེད་
ལ་མཚོན་ན། ཐོ་དབང་རིང་ལུགས་ནི་ལམ་ལུགས་རང་བཞིན་ཞིག་ཡིན་པའི་བསམ་སྣོའི་སྣོམ་
གཞི་དེ་མེད་པར་བཟོ་རྒྱ་ནི་གཤོང་ལེན་གྱི་གནད་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཡིན་པ་རེད། ཁོང་ཚོས་དབྱེད་

ཞིབ་འདིའི་ལག་བསྟར་ལས་གཞི་སྤྱི་ཚོགས་མང་པོ་ཞིག་གོ་རིམ་འདྲ་མིན་གྱི་ཁོང་ནས་སྟེལ་
འགོ་ཚུགས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དམའ་རིམ་ནས་བརྒྱུད་སྟེ་ཤེས་ཡོན་སྟེ་གནས་
འདྲ་མིན་དང་། རྒྱལ་ཡོངས་དང་རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོའི་ས་ཁུལ། གཞན་ཡང་སྤྱི་ཚོགས་ཁོང་ཡོངས་
སུ་བྱད་མེད་ལ་མཐོང་རྒྱུ་བྱེད་པའི་གནད་དོན་དེ་རྒྱལ་ཁབ་རིམ་པའི་གོས་གཞིར་བཞག་ཡོད་
པ་རེད། འདས་པའི་བགང་བྱ་གཉིས་ཀྱི་ནང་དུ་གོང་ཁྲིར་དང་གོང་གསེབ་ཀྱི་བྱད་མེད་དར་མ་
མང་པོ་ཞིག་མཉམ་འཛོམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཚོགས་པ་ཆེ་རྒྱུ་མང་པོ་བརྒྱུད་དེ་གཞུང་འབྲེལ་ཡིན་
མིན་གྱི་ཚོགས་འདུ་རིམ་པར་ཚོགས་པར་ཟད། བྱད་མེད་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱེད་བཞིན་པའི་གནས་
སྣངས་དེར་ཞིབ་འཇུག་དང་ཟབ་སྤོང་མང་པོ་སྤྱད་ནས་སྤོགས་ཡོངས་ནས་གནས་སྣངས་དེའི་
གོ་དོན་རྟོགས་ཐབས་བྱས་ཡོད་པ་རེད།

སྤྱི་ཡོངས་ནས་ཐོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་དེར་དགག་པ་གནད་བ་དང་མཉམ་དུ་
བྱད་མེད་ཚོགས་སྐྱེར་ཁག་གིས། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བརྒྱུད་ལམ་འདྲ་མིན་དང་གསར་ལམ་ཁག་ཚོགས་
འདུ། སྤོང་བརྟམ། བྱད་མེད་ཀྱི་རྣམས་སྟོབས་གོང་སྟེལ་བཅས་ཀྱི་དགོས་འདུན་འདྲ་མིན་གྱི་ཐོག་
ནས་ཐོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་དེར་གཤོང་ལེན་བྱེད་འགོ་ཚུགས་ཡོད་པ་རེད། བྱད་མེད་
རྣམས་ཀྱིས་སྟེ་བ་སོ་རྣམས་སྤོགས་མང་པོ་ནས་རྒྱབ་སྐྱོད་སྟེལ་ལུས་དུ་གྱུར་ཡོད་པ་རྣམས་ལ་
དབྱེད་ཞིབ་བྱས་ཏེ་དགག་སྐྱབ་གནད་ཡོད་པ་དང་། ཁོང་ཅག་གིས་གནས་སྣངས་འདིར་འགྱུར་
བ་གཤོང་དགོས་པར་གཟེགས་ནས་ཁྲིམས་ཐོག་ནས་ལས་འགྲུལ་སྟེལ་འགོ་ཚུགས་པ་དང་ལྷན་
དུ། ད་ཡོད་སྤྱི་ཚོགས་ནང་གི་ཁྲིམས་སྤྱིག་ཁག་ལག་བསྟར་དོན་འཁྲོལ་ཡོང་ཐབས་དང་བྱད་
མེད་ལ་རྒྱབ་སྐྱོད་སྟེལ་མཁན་རྣམས་ལ་ཆེད་དུ་སྤྱི་ཚོགས་བྱེད་པའི་ཉེན་རྟོག་ཏུ་ཁག་གསར་
འཇུགས་བྱས་པ། རྒྱུ་དེག་ཐེབས་པའི་བྱད་མེད་རྣམས་ལ་ཆེད་དུ་སྤོང་གནས་བསྐྱུན་པ་དང་།
གཞན་ཡང་སེམས་ངམ་ཆེ་བའི་བྱད་མེད་ལ་རྒྱབ་སྐྱོད་ཀྱི་ཚོགས་པ་བཙུགས་པ་དང་། དེ་ལྷ་
བྱའི་བྱད་མེད་རྣམས་ལ་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྤོང་གནས་བཟོས་ཡོད་པ་རེད།

བྱད་མེད་ཚོགས་སྐྱེར་ཁག་དང་། གཞན་ཡང་ཐོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ཆེད་མཁས་
པ་རྣམས་ལ། ང་ཚོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་དང་ཤེས་ཡོན། ཁྲིམས་ལུགས་སོགས་བརྒྱུད་

ནས་མོ་དབང་རིང་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་དང་མོ་མོ་དབྱེ་འབྱེད་སོགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་རང་བཞིན་དང་
འབྲེལ་བའི་དེལ་བསྐྱགས་མང་པོ་བྱས་ཏེ་མོ་མོ་འབྲེལ་མཉམ་ཀྱི་ལམ་ལུགས་རང་བཞིན་ཞིག་ཡོང་
ཐབས་ལ་འབད་བཙུན་བྱས་ཡོད་པ་རེད། ལྷོ་ཨེ་ཤེ་ཡའི་བྱད་མེད་ཚོགས་པ་ཡོངས་ཀྱིས། གསར་
ལམ་ཁག་བརྒྱད་ནས་མོ་མོ་དབྱེ་འབྱེད་ཀྱི་གནས་སྤངས་དེར་དབྱེད་ཞིབ་བྱས་ཡོད་པ་དང་། ཁོང་
ཚོས་དབྱེད་ཞིབ་བྱས་པ་བརྒྱད་ནས་བྱད་མེད་ཀྱི་ཤུགས་རྒྱུན་སྤེལ་སྟོན་ཐབས་བྱས་པ། བྱད་
མེད་རྣམས་ལ་ལམ་སྟོན་དང་འདམ་ག་གཞན་བཅས་ཡོད་པར་མ་ཟད། བྱད་མེད་ཚོགས་པ་ཁག་
དང་བྱད་མེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ཚོད་ལེན་དང་ཞིབ་འཇུག་པ་རྣམས་ཀྱིས། བྱད་མེད་ཀྱི་རུས་སྟོབས་
དང་འབྲེལ་བའི་སྲིད་གཞུང་གི་སྲིད་ཇུས་དང་དེའི་ཤུགས་རྒྱུན་བཅས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཏེ།
སྲིད་གཞུང་དང་འབྲེལ་འདྲིས་བྱས་པ་བརྒྱད་ནས་སྲིད་ཇུས་གཏན་འབེབ་བྱེད་སྟོགས་དང་ལག་
བསྟར་བྱེད་སྟོགས་ཀྱི་ཐད་ལ་ཤུགས་སྟོན་བརྒྱབ་ཡོད་པ་རེད།