



དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ།



ichcap

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization International Information and Networking Centre for Intangible Cultural Heritage in the Asia-Pacific Region under the auspices of UNESCO



United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization



འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་ལུ་རྒྱེས་ཀྱི་མུ་ཏྲུ་རྒྱུ་རྒྱུ།
BHUTAN NATIONAL COMMISSION FOR UNESCO



འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་ལུ་རྒྱེས་ཀྱི་མུ་ཏྲུ་རྒྱུ་རྒྱུ།



ཕོ་མོ་དང་དངོས་མེད་ ལམ་སྲོལ།



© Umemura Yutaka



© Said Azadi



© Fumiko Ohinata

བོ་མོ་དེ་རྒྱགས།

བོ་མོ་དང་འབྲེལ་བའི་བརྒྱུ་མཐོང་། འགྲོ་ལགས་དང་སྤྲིག་ཁྲིམས་
 ཚུ་མི་སྲིད་དང་གཡུས་སྒོ། དེ་ལས་སྤྲི་ཚོགས་ཚོ་གི་ནང་ལ་མ་
 འདྲམ་སྤྲི་ཡོད་པ་ཡིན། དངོས་མེད་ལས་སྒོལ་འདྲ་མིན་སོ་སོ་གིས་
 གཡུས་སྤྲི་ནང་གི་བོ་མོ་དེ་མི་སྲིད་ནང་འཁོད་ལུ་མཉམ་འབྲེལ།
 འགན་ཁར་ལ་སོགས་པའི་ལགས་སྒོལ་གྱི་ཤེས་བྱ་སྤྲེལ་ན་སྒོལ་
 རྒྱན་གྱི་རྩམ་འགྲུར་སྤྲི་ཚོགས་ཚོར་སྤྲི་ཡོད་པ་ཡིན། ག་དེ་སྤྲི་ཡིན་
 ན་ཟེར་བ་ཅིན་དངོས་མེད་ལས་སྒོལ་གྱི་ནང་ལ་བོ་མོ་དེ་འགན་ཁྲི་
 དང་རྒྱགས། དེ་ལས་སྒོལ་རྒྱན་ཚུ་སྤྲེལ་ཉེ་བྱེད་ཉི་དེ་དམིགས་
 བསལ་ཐོབ་དབང་ཚོར་སྤྲི་ཡོད་པ་ཡིན་མ་ལས་དངོས་མེད་ལས་
 སྒོལ་དང་བོ་མོ་དེ་རྒྱགས་གཉིས་སོ་སོ་ལ་སྤྲི་ཚོགས་པ་ལུ་ཁག་
 ཡིན།



© UNESCO / Danson Siminyu



© 2008 by Ministry of Culture - Photograph: Iris Biskupic Basic

རང་ལགས་གྱི་བཞེས་སྤྲི་སྤྲི་ལམ་ཚུ་མི་སྲིད་སྤྲི་ཚོགས་
 མང་ཤོས་ཅིག་གི་ནང་ལ་ཨམ་སུ་ཚུ་གོས་འགན་ཁར་
 འབག་དོ་ཡོད་པ་མཚན་གསལ་ཅན་ཡིན། དེ་བཟམ་མའི་
 ལགས་སྒོལ་ལ་སྤྲི་དཔ་ད་ཨའི་དང་བམོ་ཚུ་ལ་བརྟེན་པའི་
 མི་སྲིད་མཉམ་འབྲེལ་ཡོད་ཚུལ་ཡང་ཨའི་གོས་དུས་རྒྱན་
 གྱི་ཁྲིམ་ལ་ཚུ་འབད་བའི་སྐབས་ལ་བམོ་ཚུ་གིས་ཨའི་
 ལ་ཚུ་གོས་འབད་ནི་དང་ཨའི་ལ་འབད་ས་ལ་དབྱེ་བལྟ་
 རྒྱལ་ཡོད་པ་མཚན་ལྷུ་བ་སྤྲེལ་ཡང་འབད་མེད་ཡིན། དེ་ལས་རིམ་
 པ་བཞེད་དུ་བམོ་ཚུ་གིས་དེ་བཟམ་གྱི་ལ་ལོག་ཅི་ལོག་ཅི་
 རང་འབད་བའི་བསྐྱེད་ལས་ཉམས་སྤྲོད་དང་ཡོན་ཏན་ཐོབ་
 ཞེན་མལས་ཨམ་སུ་ཚུ་གི་དེ་རྒྱགས་མཚན་གསལ་བྱུང་ས་
 ཡིན།



© 2008 by Ministry of Culture - Photograph: Iris Biskupic Basic

ཨོ་མཉེན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ བེ་དོ་ཡན་ གཡམས་ཚོན་ཚོ་གི་ནང་ རྩ་མོང་ཚོ་ཡང་གཡམས་སྐྱིའི་ལམ་ལགས་སྲོལ་དང་ དུས་སྟོན་ཚོ་ལུ་ གོ་མཉེན་གཉེས་ཚུད་དེ་འདུག
 རྩ་མོང་འཚོ་སྐྱོད་དང་འབྲེལ་བའི་རིག་རྒྱལ་ཚོ་གི་ནང་ལ་ པོ་རྒྱ་དང་ཨམ་སུ་ཚོ་གི་འགན་ཁར་སོ་སོ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ལག་ཚམ་དང་མཐུན་
 རྒྱུ་ཚུ་ཡང་མ་འདྲུ་ཡོད་པ་ཨོན། ཨམ་སུ་ཚོ་གིས་ གྲོན་ཚམ་བཟོ་སྐྱེན་གྱི་རིགས་ཚོ་བཟོ་མ་ཨོན་དང་ པོ་རྒྱ་མང་ཤོས་ཀྱིས་ཤིང་སྲུང་བརྟེན་ཉི་དང་ སྲོལ་བརྟེན་
 ལག་རྒྱལ་ལ་བརྟེན་ཤུགས་བསྐྱེད་དོ་ཡོད་པ་ཨོན། དེ་བཟམ་སྲུ་ པོ་མོའི་ལ་སྐོ་སོ་སོ་སྲུ་ཡོད་ཚུ་ཡང་ ཀེ་རེ་ཤིལ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་ཀོ་ རོ་གོ་རེ་ གི་
 གཡམས་སྐོ་ནང་ལ་ཡང་ འོང་རའི་ལགས་སྲོལ་ལྟར་ ཤིང་ཚམ་གྱིས་བཟོ་བའི་ཨ་ལའི་རྩེད་མོའི་རིགས་ བཟོ་སྐྱེན་འབད་བའི་སྐབས་ལ་ ཤེས་རྟོགས་བྱུང་མ་
 ཨོན་མི་འདི་ འོང་གི་འདས་པའི་པ་མེས་ཚོ་ལས་ རིམ་པར་བརྒྱུད་པའི་རིག་རྒྱལ་ཚོ་ ལག་ལེན་འཐབ་དོ་ཡོད་པ་ཨོན། པོ་རྒྱ་ཚོ་གིས་ ཅང་མ་ཤིང་དང་སི་སི་ཤིང་
 ། དེ་ལས་སྲུ་ལམ་ཤིང་དང་འདྲ་བའི་ཤིང་རིགས་དང་ ལུ་ཨོམ་ གི་ཤིང་རིགས་ཚོ་བསྐྱེད་སྲུང་འབད་ཞིན་མ་ལས་ རྐྱུ་ལ། སྲུ་ལམས་སྲུ་བཏོག་ ཡང་ཅིན་ དུམ་སྲུ་
 བཏོག་སྲུ་ ཨ་ལའི་རྩེད་མོའི་རིགས་ཚོ་ བཟོ་སྐྱེན་འབད་མ་ཨོན་མ་ད་ ཨམ་སུ་ཚོ་གིས་རྩེད་མོའི་རིགས་ཚོ་གི་ འོང་རའི་རིག་པ་གིས་ མི་ཏོག་ལ་སོགས་པའི་
 རིས་མོ་བྱི་སྲུ་ ཚོན་སྐྱོད་ཚོགས་གྱིས་མཛེས་ལ་སྟོན་ཞིན་མ་ལས་ བཟོ་རིགས་ཀྱི་འཐོན་བསྐྱེད་ཚུ་བཏོན་མ་ཨོན་མས།

དོས་མེད་ལམ་སྲོལ་གྱི་བྱུ་བྲག་གཅིག་ལུ་ཡང་ བཅའ་མར་གཏོགས་
 ཉི་དང་ གོ་སྐབས་ཐོབ་པའི་སྐབས་ལུ་ཡང་ པོ་དང་མོའི་ལ་འགན་སོ་སོ་
 ཡོད་པ་ཐག་ཚུད་ཚུགས། དེ་བཞུགས་པ་ཅིན་ རང་ལགས་ཀྱི་བཟོ་རིག་
 ལག་རྒྱལ་ནང་ལུ་ པོ་མོའི་འགན་ཁར་སོ་སོ་འབག་དོ་ཡོད་པ་དང་ དེ་
 གཉིས་ བན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་ བན་གྲོགས་ཡང་འབད་མ་
 ཨོན།

མི་སྲུའི་ལམ་སྲོལ་དང་དུས་སྟོན་བརྟེན་སྲུང་ རྒྱལ་གར་ཞབས་བོ་ཚོ་
 ཕྱོགས་ཅིག་ལས་བསྐྱེད་བཅིན་ པོ་མོ་དང་འབྲེལ་བའི་དབང་ཚུད་འདྲ་
 མཉམ་མེད་དང་ འགན་ཁར་ལ་སོགས་པ། གཞན་ཡང་ མི་སྲུའི་ཚོ་
 གྲུང་དང་འབྲེལ་བའི་ ཉན་འཁོད་ཕྱོགས་རིས་ཕྱེན་དང་ དཀའ་ངལ་ལ་
 སོགས་པའི་གནད་དོན་སྐྱོད་ཚུ་ཚོ་ཡང་ གསལ་ལ་སྟོན་འབད་མ་ཨོན།
 སྲུང་སྲོལ་གྱི་དུས་སྟོན་དང་དག་འཕྲོད་མང་ཤོས་ཅིག་གི་ནང་ལུ་ དཔེར་
 ན་ པོ་མོའི་འགན་ཁར་བརྟེན་སོར་འབད་སྲོལ་དང་ གཤེས་སྟོན་ཚོ་ཡང་
 ཅོག་འཐད་པ་སྲུ་ སྟོན་སྲོལ་ཡོད་པ་བཞེན་དུ་ མི་སྲུ་ཚོ་གིས་ འོང་ཚུ་ལུ་
 ཉམས་ཚུང་ཚུད་དོ་ཡོད་པའི་ པོ་མོའི་འགན་ཁར་དང་འཐུལ་འཐུལ་
 རྐྱབས་ པོ་མོའི་བྱ་སྟོན་སྐྱོད་ཚུ་ཚོ་ཡང་ གསལ་ལ་སྟོན་འབད་ཉིའི་གོ་
 རྐྱབས་བྱིན་དོ་ཡོད་པ་ཨོན།

པོ་མོའི་ལ་འགན་དང་འབྲེལ་བ་ལུ་འགྲུར་བ།

འབྲོ་བ་མི་མང་ཤོས་ཀྱིས་ ཨ་ལ་ཚུད་ཀུ་སྲུ་སྟོན་པའི་སྐབས་ལས་རང་
 པོ་མོའི་འགན་ཁར་ཚུ་མི་སྲུའི་གནས་སྤངས་དང་འབྲེལ་རང་བཞིན་གྱིས་
 སྲུང་བ་འགྲུམ་ཨོན་མ་ཚད་ དོན་ཚུ་ཡང་ཉ་གོ་ཚུགས་དོ་ཡོད་པ་ཨོན་
 རང་ པོ་མོའི་འགན་ཁར་ཚོ་ འགྲུར་བ་མེད་པ་སྲུ་གནས་མི་ཚུགས།
 དཔེར་ན་ དོས་མེད་ལམ་སྲོལ་བཟམ་སྲུ་ པོ་མོའི་འགན་ཁར་གྱི་རྒྱམ་
 འགྲུར་ཚོ་ཡང་ དུས་རིམ་སྐྱུར་གྱི་འགྲོས་དང་འབྲེལ་ཏེ་ སྐྱུར་ཏེ་འགྲོ་དོ་
 བཟམ་ཨོན། ལམ་ལགས་སྲོལ་ལ་ལ་ཅིག་གི་ནང་ལུ་ དང་པ་གི་
 རྐྱབས་ལ་པོ་མོ་གང་རང་གཅིག་གིས་ ལག་ལེན་འཐབ་སྲོལ་ཡོད་མི་
 སྲོལ་ལུ་ཚུ་ དུས་ཚོད་ཀྱི་གནས་སྤངས་དང་འབྲེལ་ཏེ་ དཔེས་ནངས་
 པའི་མི་སྲུ་ཚོ་གི་ནང་ལུ་ པོ་མོ་གང་རང་གིས་ལག་ལེན་འཐབ་སྲོལ་བཟོ་
 ཡོད་པ་དང་ དེ་བཞིན་དུ་ པོ་མོའི་འགན་ཁར་དང་སྟོན་ལམ་ཚོ་གི་ གནད་
 དོན་ཚུ་གི་ནང་ལུ་ཡང་ མི་སྲུ་ནང་འཁོད་བའི་སྐྱིག་བཟོ་དོ་ཡོད་པ་ཨོན།

དོས་མེད་ལམ་སྲོལ་དེ་གིས་ གནས་སྤངས་དང་འབྲེལ་བའི་པོ་མོའི་
 འགྲུར་བ་དང་ སྐྱིག་གཞི་སྟོན་ལམ། དེ་ལས་ བརྟེན་མཐོང་བསྐྱེད་ཉི་ཚུ་
 མ་འོངས་ན་གཞིན་ཚུ་ལུ་བཤད་དེ་བྱིན་ཉི་དང་ ལགས་སྲོལ་གསར་
 གཏོད་འབད་ཉི་ལུ་ གཤེས་ཅན་གྱི་མཐུན་རྐྱེན་ཅིག་ཨོན་མ་ལས་ ཉམས་
 ཉེན་ཡོད་པའི་ལམ་སྲོལ་ལ་ མི་ཉམས་མེད་ཐབས་ལམ་སྟོན་དོ་བཟམ་
 ཨོན་མ་ལས་ ལམ་སྲོལ་ལུ་འགྲུར་བ་འོང་ཉིའི་དོན་ལུ་ ཐབས་རིག་སྟོན་
 ཉི་ལུ་སེམས་ཤུགས་བསྐྱེད་དགོ། ཡང་ཅིན་ པོ་མོའི་གོ་སྐབས་འདྲ་



© Umemura Yutaka

མེཏ་ཀུམ་ རྒྱལ་ལབ་གྱི་ ཚལ་མཉམ་ ཚོས་ལགས་གྱི་རིམ་གྱི་རྒྱལ་ལམ་
 སོ་རྒྱུ་ཚ་གིས་ཞབས་སྲོ་འཐོན་སྲིལ་ཡོད་རུང་ ད་རེས་ནངས་པ་ ལམ་
 སུ་རྒྱུ་གིས་ལྷ་རྒྱལ་ཞུ་ཞིན་ལམ་ སོ་རྒྱུ་གི་འགན་ཁུར་ གྱུན་ཚབ། དེ་
 ལས་ གྲུ་བ་སྲོད་ལམ་ཚུ་ཡང་ལམ་སུ་རྒྱུ་གིས་འབག་སྲོ་ཡོད་པ་ལས་
 བན་ཚུན་བརྗེ་སོར་སོར་སྲོ་ཡོད། དེ་བཟུམ་སྲུ་ ཀ་བ་ཀི་ ཟེར་མི་འདི་ ཇ་
 བན་རྒྱལ་ལབ་གྱི་ རང་ལགས་གྱི་འཁྲུག་སྲོན་གྱི་སྲིལ་ལས་ཅིག་ཡིན་མི་
 ལས་ དེ་གི་རྒྱལ་ལམ་ ཁབ་རྩེད་པ་སོ་རྒྱུ་གིས་ ལམ་སུ་གི་འགན་ཁུར་
 འབག་ནི་ལུ་ཉམས་སྲོལ་ཅན་ལུ་ ཨོ་ན་ག་ཏ་ ཟེར་སྲུབ་ཡིན། དེ་ནང་ལུ་
 ཁབ་རྩེད་པ་གལ་ཅན་གཉིས་ཡོད་པ་མི་ལས་ རྒྱལ་པའི་རྒྱལ་འགྲུར་དང་
 ལྷན་མི་ལུ་ ཨཱ་ར་གོ་ཏོ་དང་ རྒྱལ་འགྲུར་འཇམ་ས་སྲོན་མི་ལུ་ མ་གོ་ཏོ་
 ཟེར་སྲུབ་ཡིན། འཁྲུག་རྩེད་པའི་འགན་ཁུར་དང་ འོང་ཚ་གི་སོ་མེའི་རོ་
 རྒྱལ་ལམ་ལུ་ཏོག་ཏོ་སྲུ་སྲོན་ནི་འདི་ རྒྱུ་ཚོད་མ་ཚགས་པ་ཅིག་ཡིན་མི་
 དང་ ཅིག་འབདན་ སོ་མེའི་འགན་ཁུར་ལས་ལྷག་སྲུ་ སོ་མེ་ཟུང་འབྲེལ་
 སྲུ་ གཅིག་གིས་གཅིག་ལུ་འདྲི་བཀོད་འབད་བའི་ལམ་ལགས་ལས་
 ཉ་གོ་མ་ཡིན། ཀ་བ་ཀི་འོ་འཁྲུག་སྲོན་འདི་གིས་ འབྲུང་བསམ་དང་
 རང་གི་མཉམ་བསམ་དང་འབྲེལ་བའི་ སྲུང་དོར་གྱི་གནས་ཚུ་ལས་རྒྱབ་
 འགལ་འགྲོ་བའི་ བསྐྱུ་བ་སྲོན་གྱིན་ལམ་ ད་རེས་ནངས་པ་ ཇ་པན་གྱི་
 རྒྱལ་ལབ་ནང་ལུ་ རང་ལགས་གྱི་འཁྲུག་སྲོན་ཚུ་གི་གྲས་ལས་ ཀ་བ་ཀི་
 འདི་ ཡོངས་གྲགས་ཅན་ཅིག་ལུ་གྲུར་ཏེ་ཡོད།



© Umemura Yutaka

མཉམ་སྲིལ་གྱི་མེད་འཕེལ་གཏང་བོ་གསལ་སྤོང་ཕོ་མོ་འདི་སྤྱོད་ལམ་གྱིས་དངོས་
མེད་ལམ་སྲོལ་གྱི་བྱུང་ཚུ་རྒྱན་སྲིལ་གྱི་གཞི་རྒྱ་འབད་རུང་བརྟུབ་ཨིན།
དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་གྱིས་ཕོ་མོ་འདི་འགྲོ་ལུགས་གྱི་དབང་ལ་ཐལ་
བཅགས་ཨིནམ་ལས་སྲོལ་བྱུན་དང་ཕོ་མོ་འདི་འགྲོ་ལུགས་གཉིས་
གྱི་བར་ན་སྲིལ་མཐུན་གྱི་འབྲེལ་བ་ཡོདཔ་ཨིན།

དོ་རུང་ཕོ་མོ་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཅིག་པོ་འདི་ཕོ་གཉིས་གང་
རང་གིས་འཆམ་འགྲིག་གི་བྱ་སྤོམ་ཚུ་གི་ནང་ལ་དོན་སྲིན་དང་ལུང་མ་
སྤོམ་ག་གིས་བཅའ་མར་གཏོགས་དེ་ཡོདཔ་ཨིན་ན་དང་ག་གི་
ཚུགས་དབང་ལ་ཐལ་ཐུག་ཨིན་ནའི་འགྲུར་བ་ཡང་ཡོད། དངོས་མེད་
ལམ་སྲོལ་ཚུ་ཉམས་སྲུང་འབད་ནི་དང་དེ་འདྲི་རྒྱན་སྲིལ་ནི་འདི་དོན་ལ་
གོས་ཐལ་བཅད་ནི་འདི་ཕོ་མོ་འདི་དབང་ཚད་དང་འབྲེལ་བའི་ལམ་
ལགས་ཚུ་ལས་བརྟེན་ཏེ་བྱུངམ་ཨིན། དེ་བཟམ་མའི་ལམ་ལགས་དེ་
གོས་འཆམ་འགྲིག་གི་བྱ་སྤོམ། འབྲེལ་མཐུན། དེ་ལས་བྱ་བ་སྤྱོད་
ལམ་ཚུ་སྤོངམ་ཨིནམ་ལས་འབྲེལ་འབྲེལ་སྐབས་ར་སྤྱོད་གསལ་གྱི་
མི་སྲུ་སོ་སོ་ལ་གོ་སྐབས་ལེགས་ཤོམ་དང་དབང་ཚད་འབྲེལ་མཉམ་གྱི་
འབྲེལ་མཐུན་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་འདི་བཀོད་འབྲུངམ་ཨིན།

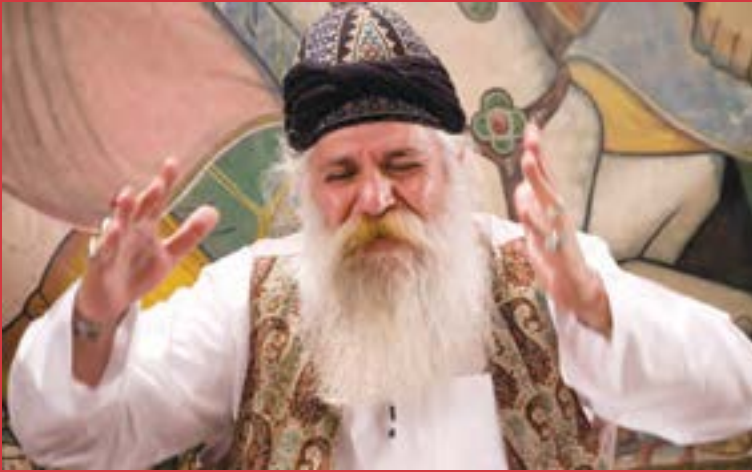


© 2003 Larnaca Municipality – Photograph: Andreas Laitkos



© 2003 Larnaca Municipality – Photograph: Andreas Laitkos

སའིཔ་རས་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལ་གཉེན་སྲོན་གྱི་སྐབས་
ལ་འགོ་འདྲེན་འཐབ་སྲོལ་ཡོད་པའི་ཅིཡཏེ་ཀེས་ཏེ་ཟེར་
བའི་ཕོ་རྒྱ་གཉིས་གྱིས་མི་དམངས་གི་གདོང་ཁར་ཐོན་
ཞེན་ལས་སློ་རིག་ག་དྲག་བལྟ་ནི་དོན་ལ་སློ་རིག་
གིས་རྩོམ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་སྐུར་སྲོལ་ཡོད་མི་འདི་
གཡམས་སློ་ནང་ལ་སློ་སྲོན་གྱི་མཐུན་རྐྱེན་ག་ཏེ་ཡོད་སའ་ལ་
སྤྱོད་དེ་ཡོདཔ་ཨིན། ཨིན་རུང་སློ་སྲོན་གྱི་རྩོམ་སྐུར་སྲོལ་
ཡོད་མི་འདི་གཉེན་སྲོན་དང་དུས་སྟོན། གཞན་ཡང་མི་
དམངས་སྐྱེད་སྲུང་འཛུམས་འབད་སའ་ཚུ་གི་ནང་ལ་མི་ཚུ་གིས་
སློ་རིག་ཅན་གྱི་མི་ཚུ་ལ་སེམས་ཤུགས་བསྐྱོད་བཅུག་
སྟེ་རྩོམ་རྒྱུ་སྐུར་བཅགས་ཨིན། ལགས་སྲོལ་དེ་མ་
གཞི་ཁོང་ཕོ་རྒྱུ་ཚུ་གིས་ཕོ་བརྒྱད་ཚུ་ལ་རྩོམ་ཅིག་རྒྱན་
སྲིལ་སྲོལ་ཡོད་རུང་འབྲེལ་སྐབས་ཅིག་ལས་ཨམ་སྐུ་
དག་པ་ཅིག་གིས་ཡང་གདོང་ཁར་ཐོན་ཏེ་རྩོམ་རྒྱུ་
སྐུར་ཡོདཔ་ཨིན།



ཨི་རན་ གྲི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མི་སྲིད་གནས་རིམ་གྱི་ནང་ལ་
ལུགས་སྲོལ་རྩོད་མ་ཅིག་དང་ གལ་གནད་ཅན་ཅིག་ཨིན་མི་
རྣམས་ལི་ ཟེར་བའི་ལའབ་སྲུང་བཏང་ནིའི་ལུགས་སྲོལ་ནང་
ལ་ བོ་མོའི་འགན་ཁར་གྲུར་བ་སོང་སྤྱོད་ད། དེའི་ནངས་པ་
ཨམ་སུ་མོ་རྩེད་གིས་ མི་དམངས་གི་སྤྲུལ་ལ་ཐོན་ཏེ་ རྣམས་
ལི་ གཏང་སྲོལ་དར་ཡོད་མི་འདི་ ཨི་རན་གྲི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལ་
སྲོན་མ་མེད་པའི་ལམ་སྲོལ་ཅིག་ཨིན་མས། ཨིན་རང་ དེའི་
ལམས་ཅིག་ལས་ རྣམས་ལ་ཚུ་ གཏང་རྒྱུ། མི་རིགས་ཀྱི་
དཔལ་ལྷན། དེ་ལས་ ཨི་རན་གྲི་རྒྱལ་ཁབ་ལུགས་སྲོལ་
ཚུ་ལ་ གཙོ་ཅན་ཅིག་སྤེལ་བཞག་དེ་ཡོད་པ་ལས་ དེ་གིས་
ཨམ་སུ་རྩེད་ལ་གོ་སྐབས་བྱིན་མི་དེ་གིས་ མི་སྲིད་གནས་རིམ་
ནང་ལ་ བྱུང་བུ་འཕགས་པ་ཅིག་ཨིན་མས།

བོ་མོའི་གོ་དོན་མ་འདུལ་ཡོད་ཚུལ།

དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་འདི་ མི་སྲིད་སྤྱི་ཚོགས་སོ་སོའི་ནང་ལ་ མ་
འདུལ་སྤྱོད་འོང་བཟམ་སྤྱོད་ བོ་མོའི་འགན་ཁར་གྲི་གོ་ལུགས་ཚུ་
ཡང་ འདྲ་མཉམ་སྤྱོད་མ་འདུལ་འོང་མ་ཨིན་མ་ལས་ འཛེམ་སྤྱི་རྒྱལ་
སྤྱི་གིས་བོ་མོའི་གོ་བ་ལེན་དོ་བཟམ་སྤྱོད་ གོ་བ་གཅིག་ལ་འགྲོ་མི་
བཏུབ། དེ་མ་ཚད་ བོ་མོའི་འགན་ཁར་དང་བརྩི་མཐོང་ཚུ་ མི་སྲིད་
ལའི་གནས་སྤངས་དང་འབྲེལ་ཏེ་ དབྱེ་ཞིབ་འབད་དགོས་ཨིན། བྱང་
ཕྱོགས་ཨམ་མི་རི་ཀའི་ལུང་ཕྱོགས་ཀྱི་ མི་རིགས་སྤེལ་བུ་ལ་ཅིག་
གིས་ བོ་མོའི་རྣམ་གཞག་དབྱེ་ཚུ་ལ་ སྤྱོད་ལུགས་བདུན་དེ་ཅིག་རྩོས་
འཛེན་འབད་དེ་ཡོད་པའི་ནང་ལ་ བོ་མོ་མོ་མེན་ནམ་མ་ཉིང་གི་མི་
རིགས་དང་ ལྷ་ཆགས་པའི་མི་རིགས་ཚུ་ཡང་ཚུད་པ་ཨིན་མས།

དེ་བཟམ་སྤྱོད་ ཡོང་བ་དང་ཨི་ཤི་ཡའི་ལུང་ཕྱོགས་ཀྱི་ སྤྱི་ཚོགས་ལ་ལ་
ཅིག་གོ་ནང་ལ་ མི་རིགས་དབྱེ་བ་གསལ་དང་དེ་ལས་ལྷག་སྤྱོད་ཡང་
རོས་འཛེན་འབད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན་རང་ མང་ཤོས་ཅིག་ ལོ་ཚད་དང་ཕོ་
མོའི་རོ་རྒྱགས་ཚུ་དང་ འབྲེལ་བ་སྤྱོད་པ་ཡོད་པ་སྤྱོད་ཨིན་མས། དབྱེ་
འབད་བཅིན་ ཨི་ཡའི་བྱ་སྤྱོད་དང་འབྲེལ་བའི་ འགྲོ་ལུགས་དང་རི་
འདོད་ཚུ་དང་ མི་སྤྱོད་ཚུ་གི་བྱ་སྤྱོད་ཚུ་སོ་སོ་སྤྱོད་པ་ཨིན། མི་སྲིད་
ནང་ལ་ བོ་མོའི་འགན་ཁར་དང་བརྩི་མཐོང་ཚུ་ སྲོལ་བཏོད་ཡོད་པ་
བཞིན་དུ་ དེ་གི་འགྲུར་བ་ཡང་ དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་དང་ དེའི་ལུག་
ལེན་སྤྱོད་ཚོགས་ཚུ་གོ་ནང་ལ་ གོ་མས་གཤིས་ཚུ་དབུགས་ཨིན།

ཕོ་མོ་འདྲ་མཉམ་ཤ།

དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་གྱིས་གཡུས་སྐྱེའི་ཕོ་མོ་དང་འབྲེལ་བའི་
 ཕྱོགས་རིས་དང་ཉེ་རིང་ཕྱི་ནི་ཚུ་བཀག་ནིའི་དོན་ལ་དང་ ཕོ་མོ་འདྲ་
 མཉམ་བཟོ་ནིའི་དོན་ལ་གོ་སྐབས་བཟོ་དེ་ཡོད་པ་མ་ཚད་ ཕོ་མོའི་
 འབྲེལ་བ་ཚུ་ཡང་དུས་རྒྱུན་དུ་གསར་སྐྱར་སོང་སྟེ་ཡོད། ཕོ་མོ་འདྲ་
 མཉམ་དང་ཉེ་རིང་ཕྱི་བར་གནས་ནི་འདྲི་ འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་དབང་
 གི་གཞི་རྒྱ་ཅིག་དང་ རྒྱ་ཅན་ཅིག་ཡང་ཡིན། ཕོ་མོ་འདྲ་མཉམ་དང་
 དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་གཉིས་སྐྱོར་ བསམ་ཞིབ་གཏང་པ་ཅིན་ འགྲོ་
 བ་མིའི་དབང་ཆ་ལས་ ཐོབ་དབང་འདྲི་གིས་ ཕོ་དང་མོའི་བར་ན་སོ་
 སོ་སྟེ་ ལ་སྟེ་ནི་ལ་གཅོད་བར་མ་བསྐྱེན་པར་ ཕོ་མོའི་བདེ་སྤྱི་དང་
 བརྩེ་མཐོང་ཚུ་ ལས་མ་ལེན་པའི་གསལ་ཁར་གཏོགས་མི་ཚུ་ལ་ བར་
 རྒྱན་རྒྱབ་ཡིན། ཇམ་སྟེ་ཚུ་ལ་ཉེ་རིང་བཀག་ནི་ ལ་ཚོགས་ཡོད་པའི་
 ལྷན་འཛུལ་ཚོད་ཡིག་གིས་ མི་སྡེའི་བསམ་སྦྱོར་དང་ ལམ་སྲོལ་
 ལག་ལེན་འཐབ་ནི། དེ་ལས་ ཕོ་དང་མོའི་ལ་འགན་སོ་སོ་སྟེ་བགོ་
 སྟེ་བྱིན་ཡོད་མི་ལ་ དཀའ་ངལ་ཟེར་མ་རྩིས་པར་ དམིགས་བསམ་ལ་
 གྱིས་དེ་ཚུ་ལས་བྱུང་པའི་ གནོད་ཉེན་ དཔེར་ན་ ཇམ་སྟེ་ཚུ་ལ་
 དབང་མེད་བཟོ་ནིའི་བསམ་སྦྱོར་བསྐྱེད་བཅུག་ནི་དང་ ཁོང་ཚུ་གི་དག་
 ལྷང་ཚུ་སྟེ་བ་ཞེན་བཅུག་ནིའི་ལ་ཚུ་ལ་ དམིགས་ཏེ་ཡིན་མས།

ཕྱོགས་ལྷུང་དང་འབྲེལ་བའི་ལྷ་བ་ལས་དབྱུང་པ་ཅིན་ དབང་ཆ་བཟོ་
 མི་དང་ཉེ་རིང་ཕྱོགས་ལྷུང་གི་ལྷ་བ་ཚུ་ གོང་འཕེལ་གཏང་བའི་ལམ་
 ལགས་སྲོལ་ཚུ་ ཉམས་སྲུང་འབད་དགོ་ཟེར་བའི་ བདེན་ཁང་ས་
 མོད་པའི་ཐོབ་དབང་ལེན་མི་ཚུ་ལ་ འདྲི་བཀོད་འབད་དགོ་པ་ལས་ དེ་
 བཟམ་མའི་བདེན་བཤད་བཀོད་མི་ལས་ལགས་ཚུ་གིས་ དབང་ཚད་
 དང་ལོ་མེད་སྟེ་བཟོ་དེ་ཡོད་པ་ལས་ འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་དབང་ལས་
 ཕྱི་འགྲུར་ཨིན་མ་པའི་དོས་ལེན་འབད་དགོ། འགྲོ་བ་མིའི་དབང་ཆའི་
 ལྷ་བ་ལས་འགལ་ཡོད་པའི་ལྷགས་སྲོལ་ལ་ལུ་ཅིག་ མི་སྡེ་ཚུ་གིས་
 དོས་ལེན་འབད་ཚུགས་པ་གསལ་རིའི་ཨིན་རུང་ ལམ་ལགས་
 སྲོལ་མང་ཤོས་ཅིག་གིས་ཡང་ སྤྱི་ཚོགས་ལ་མེན་པར་ དོར་ལྷུང་ལ་
 གནོད་ཉེན་ཡོད་པ་དོས་འཛིན་འབད་ནི་འདྲི་ དཀའ་ངལ་ཚུ་ཤོས་ཅིག་
 ཡིན།

ཕྱོགས་ལྷུང་དང་འབྲེལ་བའི་ལྷ་བ་དེ་གིས་ཡང་ སྲོལ་རན་སྐྱེད་ས་
 དགོ་དང་བཟང་པོ་བསྐྱེན་དགོ་པའི་ སེམས་ཤགས་ག་གིས་བསྐྱེད་
 བཅུག་ནི་དང་ དུས་ནམ་བསྐྱེད་བཅུག་ནིའི་ལ་སྟོ་རྩམ་ནི་འདྲི་ བྱ་
 ལྷགས་མ་བདེམ་ཨིན་མ་ལས་ ཕྱོགས་ལྷུང་དང་འབྲེལ་བའི་ལྷ་བ་
 དང་གཞི་རྒྱ་ལུ་གནས་ནི་དང་ སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཞི་བདེ་བཟོ་ཐབས་ལ་
 བལྟ་ཞིན་མ་ལས་ ཉེ་རིང་ཕྱི་ཡོད་པའི་ཕོ་མོའི་སྟེ་ཚན་དང་ དབང་ཆ་
 བཟོ་ཡོད་པའི་མི་སྡེ་ཚུ་ཉེ་ འགན་ཁར་འབག་ཡོད་པའི་མི་སྡེའི་
 འཐུས་མི་ཚུ་ གཤམ་གཏོགས་འབད་བཅུག་དགོ། ལོ་གཅིག་ལས་
 དབྱུང་པ་ཅིན་ ཕྱོགས་ལྷུང་དང་དབང་མེད་བཟོ་ཡོད་པའི་ སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་
 མི་སྡེ་ཁོང་ར་གིས་ ཉེ་རིང་ཕྱི་ཡོད་པའི་ལགས་སྲོལ་ཚུ་ ལག་ལེན་འཐབ་
 བའི་ལྷ་སྟེ་བ་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་ཡང་འབད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན། ཁོང་ཚུ་གིས་ དེ་
 སྟེ་འབད་དགོ་མི་འདྲི་ཡང་ ལགས་སྲོལ་འདྲི་ འགྲོ་བ་མིའི་ཐོབ་
 དབང་གི་གཞི་རྒྱ་ཚུ་ལ་ རྒྱབ་འགལ་འགྲོ་དེ་ཡོད་པ་ཤེས་རུང་ ལགས་
 སྲོལ་འདྲི་གིས་ མི་སྡེའི་དུས་སྟོན་དང་འབྲེལ་བའི་ལྷགས་སྲོལ་ལུ་
 གོགས་རམ་འབད་དེ་ཡོད་མི་ལས་བརྟེན་ཏེ་ཡང་འོང།



© 2013 Cultural Heritage Administration

ཀེ་ཏི་ཡ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ མིན་དེ་ལོ་ལེ་འ་ ཡ་མ་ན་མ་ཀུ། ཡང་ཅིན་ ཞེས་མཉེ་འབེལ་ཞོ། ཟེར་བའི་ ཞུམ་སྤྱི་ལམ་ཚོགས་དེ་གིས་ ཞུམ་སྤྱི་གི་མཚན་མའི་ཇ་
 རྒྱུ་སྤྱི་ཏྲོག་བཏྲོག་ནི་དང་འབྲེལ་བའི་ གཡམས་སྤྱི་ལམ་སྲོལ་བརྩི་སྲུང་འབད་ནི་འདི་ གཡམས་སྤྱི་ལམ་སྲོལ་དང་བཞག་ཞེན་མ་ལས་ ཐབས་ལམ་སོ་སོ་ཅིག་གི་ཐོག་
 ལས་ལེགས་སྤྱོད་གྱི་གོང་འཕེལ་འབག་འོང་སྟེ་ མི་སྤྱི་ལེགས་སྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་ འཕྲུལ་སྤྱོད་དེ་དེས་ནངས་པ་ཡང་ བརྩི་སྲུང་འབད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། ལེགས་
 པའི་སྤྱོད་བའའདི་ཡང་ ཞུམ་སྤྱི་ལམ་སྲོལ་ཚོགས་དེ་གིས་ ཞུམ་སྤྱི་ལམ་སྲོལ་ བཟོ་ཚུ་དང་མཉམ་ཅིག་སྤྱོད་དེ་ ལེགས་སྲོལ་འདི་ལྷན་སྤྱོད་བའའོང་ནི་དོན་ལུ་ཐབས་
 ལམ་གཅི་བཟུམ་སྤྱོད་པ་ཅིན་ ཟེར་བའི་གནད་དོན་ཚུ་གི་ཐོག་ལ་ བསྐྱུན་གྲོས་ལེགས་ཤོས་སྤྱོད་ཡོད་པ་ཨིན་མས། དེ་སྟེ་ གྲོས་བསྐྱུན་འབད་བའི་ཤུལ་ལ་ འཕྲུལ་
 སྤྱོད་དེ་གི་སྤྱོད་ལ་ འོང་ར་ ཞུམ་སྤྱོད་མཉམ་ཅིག་སྤྱོད་སྲུང་འབད་དེ་ གྲོས་བསྐྱུན་ཐོག་ལས་ འཕྲུལ་སྤྱོད་བརྩི་སྲུང་འབད་ཀྱི་ལེགས་སྲོལ་ སྤྱོད་བཞག་དུ་བཞག་
 ཞེན་མ་ལས་ མཚན་མ་བཏྲོག་ནི་དེ་བཀོག་བཞག་དུ་གཞུག་ འཕྲུལ་དེ་ལས་ཚུ་ འཕྲུལ་སྤྱོད་དེ་གི་མིང་ལ་ ཞེན་ཏེ་ར་ རྩ་ མ་གཟུ་བོ། ཟེར་བཏྲགས་ཡོད་པ་ཨིན་རང་
 མཚན་མ་དང་འབྲེལ་བའི་མིང་ཅིག་ཨིན་མས། འཕྲུལ་སྤྱོད་དེ་ལུ་ ལེགས་པའི་སྤྱོད་བའའབག་འོང་ཞེན་མ་ལས་ ཀེ་ཏི་ཡ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ མི་རའི་རྩོད་སྲིད་ལུ་ རྒྱུ་
 གུང་པ་ ༡༢ ལས་ བུ་མོ་ ༣༠ དེ་ཅིག་མོ་རྩོད་འབད་དེ་ འཕྲུལ་སྤྱོད་བརྩི་སྲུང་འབད་ཡོད་པ་ཨིན་མས། དེ་གི་སྤྱོད་ལུ་ གཡམས་མི་མང་ཤོས་ཅིག་གི་སེམས་ཁར་
 སྤྱོད་བའའདི་གིས་ལེགས་སྲོལ་དེ་ ཉམས་ནི་ཨིན་མས་ཟེར་བའི་ རྩམ་རྩོག་ཚགས་ཏེ་ཡོད་པ་ཨིན་རང་ ཤུལ་ལས་ ལེགས་པའི་སྤྱོད་བའའདི་ལྷན་སྤྱོད་ཀྱི་ཚོགས་མང་ཤོས་
 ཅིག་གིས་ ཡིད་ཚེས་བྱུང་ཡོད་པ་ཨིན་མས། དེ་ལས་ཚུ་ ཞུམ་སྤྱི་ལམ་སྲོལ་ཚོགས་དེ་ལུ་ཡིད་ཚེས་བྱུང་སྟེ་ ཞུམ་སྤྱོད་རྩོད་དང་ སྤྱོད་ཚོགས་ཚུ་གིས་ཡང་སྤྱོད་བའའོང་
 ལེན་ཏེ་ འོ་འོ་གཅིག་གི་ནང་འཕོད་ལུ་ མི་རུ་རྩོད་སྲིད་གོ་ གཡམས་སྤྱོད་ ༡༡ རང་ལས་ རྒྱུ་གུང་པ་ ༢༠༠ ཅམ་གིས་ འཕྲུལ་སྤྱོད་ལེགས་སྤྱོད་འབད་མི་ནང་ལུ་ བཅའ་
 མར་གཏྲོགས་ཏུ་གྱུ།

དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་གྱི་ནང་ལ་ མོ་མོ་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱོགས་རིས་
 ཕྱེ་ནི་ལྟོ་ལས་ རྒྱུ་བོ་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་ལས་ མི་སྤྱོད་ལུ་གཞི་
 བཞག་པའི་ ལེགས་སྲོལ་ལུ་ལུ་ཅིག་ དགོས་མཁོ་མེད་པ་སྤྱོད་ལུ་
 ཞི་ཉེན་ལུ་ཡོད་པ་ལས་ དེ་བཟུམ་མི་འབྱུང་ནི་དོན་ལུ་ དུན་པ་
 བཏྲོན་དགོས་ལག་ཚེ། དེ་སྟེ་འབད་དགོ་མི་འདི་ཡང་ འཛམ་གླིང་
 རྒྱུ་གི་ སྤྱོད་ཚོགས་མང་ཤོས་ཅིག་གི་ནང་ལ་ མི་སྤྱོད་ལམ་སྲོལ་
 སྲོལ་དག་པ་ཅིག་གིས་ ལོ་ཚད་དང་མོ་མོ། དེ་ལས་ རྒྱུ་ཚད་གཞན་
 ཡང་ལྷན་དགོས་སྟེ་ བཟོ་སྤྱོད་ཡོད་མི་ཚོ་གིས་ ཉེ་རིང་དང་ཕྱོགས་རིས་
 ཕྱེ་ཕྱེས་གི་རྒྱུགས་མཚན་ཨིན་རང་ དེ་ཚུ་རྩོད་མཉམ་ཅིག་ཨིན་ཟེར་མཚན་ནི་
 མི་འོང་། མོ་མོ་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་ ཞིབ་འཚོལ་དབྱེ་དབྱེ་མཉེལ་ཕྱིན་
 འབད་མི་རྩོད་ཅིག་གིས་ འཕྲུལ་སྤྱོད་ལུ་གོ། དེ་ལས་ མི་སྤྱོད་འགྲོ་
 སྤྱོད་ལུ་སོགས་པའི་སྲོལ་ལྲན་དེ་གིས་ མོ་མོ་ལུ་བར་ན་ཉེ་རིང་ཕྱི་དོ་
 ཡོད་པ་ཨིན་ན་མེན་ན་ མི་སྤྱོད་ལེགས་སྤྱོད་འབད་འོང་།

དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་ ཉམས་སྤྱོད་འབད་ནི་དོན་ལུ་ ལྷན་འཛམ་ས་
 ཚོད་ཡིག་བཏྲོན་ཡོད་མི་ནང་ལ་ འགྲོ་བའི་ཐོབ་དབང་གི་སྤྱོད་ལས་
 ཉིང་སངས་ས་སྟེ་ལེ་ལེན་འབད་དེ་ཡོད། འདི་ཡང་ ཚོད་ཡིག་གི་རྩ་
 དོན་ ༢་ཀ་ གི་ནང་གི་དོན་ཚན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ འཛམ་གླིང་རྒྱལ་སྤྱི་ལུ་
 འགྲོ་བའི་གི་ཐོབ་དབང་ཚོད་ལྷན་ཡོད་པའི་ དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་ཚུ་
 རྩོད་མཉམ་ཅིག་ རོས་ལེན་འབད་དགོས་སྟེ་ཚུ་དེ་ཡོད་པ་ཨིན།

1. Maendeleo Ya Wanawake Organization. 2002. Evaluating Efforts to Eliminate the Practice of Female Genital Mutilation. Raising Awareness and Changing Harmful Norms in Kenya, Washington DC: PATH.

དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་ཉམས་སྲུང་འབད་ནི་དོན་ལུ་ པོ་མོ་འེལ་བཞུགས།

དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་ཚུ་ མི་སྲི་ལུ་མན་ཉམས་སྲུང་འབད་ནི་དོན་ལུ་ པོ་མོ་འེལ་བཞུགས་གཞག་དང་དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་གཉེས་ཀྱི་
འབྲེལ་བ་ ལེགས་ཤོམ་སྲི་ཏུ་གོ་དགོ། ཨིན་རུང་ མི་སྲི་གིས་ལམ་
སྲོལ་ཉམས་སྲུང་འབད་ནི་དོན་ལུ་ འགན་ཁུངས་ལུ་གནད་ཅན་འདི་
གོ་སྐབས་བྱིན་ནི་དང་ མི་སྲི་དང་པོ་མོ་གཉེས་ རིགས་མ་མཐུན་མ་
ལས་ པོ་མོ་འེལ་བཞུགས་འབད་མ་བཞུགས་ དེ་ལྟོས་ལུ་གྲིས་
དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ འགན་ཁུངས་དང་ལུ་
འབད་མི་སྲི་ཚུ་གསུམ་ རོས་འཛིན་འབད་དགོཔ་འདི་གལ་ཚུ་ཤོས་ཅིག་
ཨིན། གལ་སྲིད་ དེ་སྲི་མ་འབད་བཅིན་ ཉམས་སྲུང་མན་ཐོག་ཅན་སྲི་
འབད་ནི་མར་བཞག་ ལམ་སྲོལ་དེ་མ་སྲིད་པར་ལས་ནི་དང་ དག་སྲུང་
མེད་པ་སྲི་ལས་ནི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ཨིན།

པོ་མོ་འེལ་བཞུགས་དང་ དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་གཉེས་ གཅིག་
གིས་གཅིག་ལུ་མཉམ་འབྲེལ་འབད་དོ་ཡོད་པ་ དུངས་གསལ་སྲི་
ཏུ་གོ་ཚུགས་ནི་འདི་ ལ་ཁག་ཅིག་ཨིན་རུང་ དེ་གཉེས་ཟུང་འབྲེལ་
ཐོག་ལུ་ སྲོལ་རྒྱན་ལག་ལེན་དང་རྒྱན་སྲིལ་འབད་དོ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་
འབད་མ་ལས་ མི་སྲི་འེལ་བཞུགས་ཡན་ལག་དང་རྒྱུད་གི་ སྲི་ཚུ་གསུམ་
རོས་འཛིན་འབད་ནི་ལུ་ སྲི་བས་ཤུགས་ ཉམས་སྲུང་ཉེན་ཉེན་ཁ་
ཡོད་པ་ལས་ ལམ་སྲོལ་གི་ཉམས་སྲུང་ཐབས་ལམ་དེ་གིས་ པོ་
མོ་འེལ་བཞུགས་ བན་གཞི་དུ་འོས་འབབ་སྲིལ་ཡོད་པ་ཨིན།

རྒྱལ་སྲིའི་ཚོད་ཡིག་འདི་གིས་ རྒྱལ་སྲི་དང་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་གནས་
ཚུན་ལུ་ ཉམས་སྲུང་འབད་ནི་འེལ་བཞུགས་ གྲུངས་ཁ་དག་ལུ་
ཅིག་སྲི་གོང་ལས་ཏུ་གོ་སྲི་འདུག་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་གནས་ཚུན་ལུ་
ཨིན་པ་ཅིན་ ཤེས་རིག་མཉམ་འབྲེལ་དང་གོ་བརྒྱུ་སྲིལ་ནི། ཞིབ་
འཚོལ་འགོ་འདྲན་འབབ་ནི་དང་ ཉམས་སྲུང་གི་འཆར་གཞི་བཟོ་
ནི། ཁྲིམས་ཡིག་དང་སྲིད་བྱུས་རྒྱུ་ནི། གཞུགས་སྲི་གཞི་བཅུགས་
འབད་ནི་དང་ དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་ཚུ་ ཐོ་བཀོད་འབད་ནི་དང་རོས་
འཛིན་འབད་ནི་ཚུ་རྒྱུ་ཏུ་འདུག་ དེ་ལས་ རྒྱལ་སྲིའི་གནས་ཚུན་ལུ་
སྲི་བཅིན་ ལམ་སྲོལ་ལེགས་ཤོམ་སྲི་ཉམས་སྲུང་འབད་དོ་ཡོད་མི་

ཚུ་ འབྲེལ་མི་རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་གིས་ ཐོ་བཀོད་འབད་ནི་དོན་ལུ་གྲོས་
འཆར་བཅུག་ནི་དང་ ཡང་ཅིན་ ཚོད་ཡིག་གི་ནང་ལུ་ཐོ་བཀོད་རྒྱུ་ཞིའི་
དོན་ལུ་ གནས་ཁུངས་ཀྱི་ལུ་ཁར་བཅུག་ནི་དང་ རྒྱལ་སྲིའི་འབྲེལ་མི་ཚུ་
ལས་ ལེགས་སྲོལ་ཉམས་སྲུང་འབད་ནི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་སྲིའི་འཚོལ་
ནིའི་གོ་སྐབས་བྱིན་མ་ཨིན།

དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་དོན་རྒྱལ་སྲི་དང་ལུ་པོ་མོ།

རྒྱལ་སྲིའི་ལྷན་འཛུལ་གི་ཚོད་ཡིག་ བསྐྱར་སྲོད་འབད་ནི་ལུ་དཀའ་
ངལ་གཅོད་བཅིག་པོ་འདི་ ཞུམ་སྲུ་ཚུ་གིས་དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་
ཉམས་སྲུང་འབད་ནི་དོན་ལུ་དང་ ལེགས་སྲོལ་གསལ་བཞུགས་དང་
ལེགས་སྲུར་ཚུ་གི་ཐོག་ལུ་ གྲོགས་རམ་འབད་དོ་ཡོད་མི་ཚུ་ མཛུགས་
གསལ་མ་གྲུང་པར་ལས་ཏུ་ཡོད་མི་འདི་ཨིན། དཀའ་ངལ་དོ་དང་ཅོག་
འབད་པ་སྲི་ མཐའ་ཟུར་གི་མི་སྲི་ཚུ་གིས་ གྲོགས་རམ་འབད་ཡོད་པ་
མི་ཚུ་ཡང་ འཛུལ་སྲིད་རྒྱལ་སྲིའི་གནས་ཚུན་ནང་ལུ་ རོས་འཛིན་གྲུང་
མ་ཚུགས་པར་ལས་ཏུ་ཡོད།² འབྲེལ་འབྲེལ་སྐབས་ མཐའ་ཟུར་གི་
པོ་མོ་འེལ་བཞུགས་ ཁོང་འདི་དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་ མི་སྲི་གིས་
གོ་སྐབས་བྱིན་པའི་ས་གནས་ནང་ལུ་རྒྱུང་མ་ཅིག་ བརྒྱུ་སྲུང་འབད་དོ་
ཡོད་པ་ཨིན། གནད་དོན་དེ་ལས་བརྒྱན་ཏུ་ རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་གནས་
ཚུན་ལུ་ པོ་མོ་ཉེ་དུང་འབྲེལ་བའི་ དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་དེ་གིས་
པོ་མོ་འེལ་བཞུགས་ལུ་འབྲེལ་བའི་ལེགས་སྲོལ་ཚུ་ ལུང་མེད་སྲི་བསྐྱར་
བཞག་ནི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ཨིན།

ཞུམ་སྲུ་ཏུ་ལུ་ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མི་རིགས་དོ་མ་ཨིན་མི་ ཞུམ་སྲུ་སྲི་ཚུན་གྲིས་འགོ་སྲིད་
ཐོག་ གཞི་བཅུགས་འབད་དོ་ཡོད་པའི་ དག་རྒྱན་འབྲུང་བབས་ཀྱི་ལས་འགལ་ ར་
ཡན་ཡི་ རི་མོ་ནས་ ཉིས་ཀྱོ་རི་ པོ་མོ་འེལ་བཞུགས་ ཐེང་མི་དེ་གིས་ པོ་མོ་འེལ་བཞུགས་སྲོལ་དོས་
འཛིན་འབད་ནི་དང་ པོ་མོ་འེལ་བཞུགས་ དེ་ལས་ ལེགས་སྲོལ་དོས་འཛིན་དང་འཛིན་
སྲོད་གི་ནང་ ཉེ་དུང་ལུ་དཀའ་ངལ་ཚུ་ མེད་ནི་ལུ་གཅོད་བཅུག་མཉམ་ཨིན་མས།
ཁོང་ཞུམ་སྲུ་ཚུ་གི་ཚུགས་འདི་ པོ་མོ་དང་འབྲེལ་བའི་ལེགས་སྲོལ་ཚུ་ལུ་ ཚུལ་ལྷན་
གྱི་དག་སྲུང་མ་བསྐྱེད་མི་དང་ གཞུང་གིས་དེ་གི་འཆར་གཞི་ཚུ་ཁྲིམས་མཐུན་མེད་པ་
སྲི་ཚུ་བཞག་བསྐྱེད་དོ་ཡོད་པ་ལས་ ཁོང་ཚུ་གིས་ ཁོང་འདི་སྲོལ་བྱུང་དེ་མ་འོངས་རྒྱལ་
ཡོངས་ནང་ལུ་ རོས་འཛིན་འབྲུང་ནི་ལུ་བདེ་སྲིག་བཟོ་ནི་དོན་ལུ་ ཐབས་བྱས་ཚུ་རྒྱུ་དོ་
ཡོད་པ་ཨིན་མས།³

2. Document ITH/13/8COM/INF.5.c.
3. Smith, L., Morgan, A. and van der Meer, A. 2003. Community-driven Research in Cultural Heritage Management: The Waanyi Women's History Project. International Journal of Heritage Studies, Vol. 9, No. 1.



© UNESCO - Photograph: Fumiko Ohmura

སྲོལ་ལྷན་ཐོ་བཀོད་རྩལ་ཞིའི་དོན་ལུ་ ཐོ་མོ་དགོ་པ།

དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་ཐོ་བཀོད་འབད་ནི་དང་ དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཞིབ་འཚོལ་འབད་ནི་ཚུ་གིས་ སྲོལ་རྒྱུན་གྱི་ནང་ལུ་ཚུད་དེ་ཡོད་པའི་ མཐའ་ཟར་གྱི་མི་སྲེའི་སྲེ་ཚན་དང་ ཞལ་སྲུ་ཚུ་གིས་ཕན་གྲོགས་འབད་དེ་ ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་ རོས་འཛུན་དང་མཛུན་གསལ་མ་བྱུང་པར་ལས་ཏེ་ཡོད་མི་ཚུ་ལས་ ལྷགས་འབད་ཚུགས་པ་མ་ཚད་ ལྷན་འཛུམས་ཀྱི་ཚུད་ཡིག་དེ་གིས་ དངོས་མེད་སྲོལ་རྒྱུན་གྱི་རིགས་ཚུ་ འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་མི་སྲེ་ཚུ་འབྲེལ་བ་གཏོགས་འབད་བཅུག་སྟེ་ ཡིག་ཐོག་བཀོད་དགོ་པ་སྲེ་ཚུད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན། དེ་འབད་མཐའ་ལས་བརྟེན་ ཐོ་མོའི་གནད་དོན་ནང་ མི་སྲེ་གི་དོ་ཚབ་བྱིལ་བ་བཏོན་ནི་ལུ་ མི་སྲེའི་འབྲེལ་བ་གཏོགས་ག་འདི། ཐབས་ཤེས་ག་དེ་སྟེ་འབད་ཞིན་ན་ མི་སྲེ་ཚུ་འབྲེལ་བ་གཏོགས་འབད་བཅུག་ནི་དང་ ཡིག་ཐོ་བཀོད་བཅུག་ནིའི་དོན་ལུ་ རྒྱབ་སྐྱོར་དང་སྐྱོར་བརྩམས་ཚུ་བྱིན་དགོ། བྱ་རིམ་དེ་གི་ཐོག་ལས་ལམ་སྲོལ་ཉམས་སྲུང་ རྒྱུན་སྦྱོང་བཞག་མ་ཚུགས་པ་དང་ བྲལ་ཚུམ་སྟེ་ དར་བྲལ་མ་འགྱོ་བར་ལས་སྟེ་ཡོད་པའི་ ཐོ་མོའི་རྩལ་གཞག་གི་སྲོལ་རྒྱུན་ཚུ་ རོས་འཛུན་འབད་ནི་ལུ་ ཕན་ཐོགས་འབྱུང་འོང།

སྲོལ་ལྷན་ཉམས་སྲུང་གི་འཆར་གཞི་རྩལ་ཞིའི་དོན་ལུ་ ཐོ་མོ་དགོ་པ།

དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་ཉམས་སྲུང་གི་ལས་འཆར་ཚུ་ རྒྱ་ཚུམ་སྟེ་རྩལ་ཞིའི་དོན་ དམིགས་བསལ་གྱི་སྲོལ་རྒྱུན་གྱི་རྩལ་འགྱུར་ཚུ་གི་ དབང་ལུ་ཐབས་བཅུག་ནིའི་དུས་ཚོད་ཐག་བཏོགས་དགོ་པ་ཨིན། འདི་ཡང་ མི་སྲེའི་སྲོལ་རྒྱུན་གསལ་གནད་ཅན་དང་ དམིགས་བསལ་ལམ་སྲོལ་གྱི་ཁངས་དང་དགོས་པ། ཉམས་སྲུང་དང་གཞི་དཔ་ག་སྟེ་ལས་བྱུང་མ་ཨིན་ན། དེ་ཚུ་ག་དོང་ལེན་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་འཆར་གཞི་དང་ ཐབས་ལམ་ཚུ་བཏོན་ནི། འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་མི་སྲེ་བས་དང་ མ་དངུལ་གྱི་འཛུལ་ཁངས་ཚུ་ ཐོ་བཀོད་ནང་ལུ་གསལ་སྟེན་འབད་དགོ་པ་ཨིན། ཐོ་བཀོད་གྱོ་བྱ་རིམ་དེ་གིས་ མི་སྲེའི་འཐུས་མི་ཚམས་ཉམས་ལུ་ ཕན་ཐོག་འབྱུང་ནིའི་དོན་ལུ་ མི་སྲེའི་ཐོ་མོའི་སྲེ་ཚན་དང་ ལོ་ཚད་འབྲེལ་མིན་སྟེ་ ཚོགས་གྱི་བསམ་འཆར་གནས་ཚུལ་ཚུ་ཡང་ ཚུད་དགོ་པ་ཨིན། དེ་གི་དོན་ལུ་དང་པ་རང་ མི་སྲེ་ཁོང་རགས་ཐོ་མོའི་འགན་ཁར་དང་ ཐོ་མོའི་རྩལ་གཞག་གི་གོ་བ་ཚུ་ སྲོལ་རྒྱུན་དང་ག་དེ་སྟེ་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཨིན་ན་ ལ་གསལ་སྟེན་དགོ།

དེ་ལས་ དབང་ཚད་དང་ལྷན་པའི་གཞུང་དང་ ཞི་བའི་མི་སྲུང་ལས་
 ཚོགས། གཙུག་སྲུང་དང་ཞིབ་འཇུག་ཚོགས་པ་ཚོ་གིས་ སྲོལ་རྒྱན་
 ཚུ་ཉམས་སྲུང་འབད་ནི་དོན་ལ་ ཕོ་མོ་འི་མི་སྲུང་མཐོང་ཚུ་ཚུ་དང་
 འབྲེལ་མཐུན་ ག་དེ་སྲུང་བཟོ་ནི་ཨིན་ནའི་དོན་ལ་ ཐབས་ཤེས་རིག་པ་
 ཚུ་སྲོན་ཐོག་ལ་ ཐན་གྲོགས་འབད་འོང། ཉམས་སྲུང་གི་འཆར་གཞི་
 གྲུབ་འབྲས་ཅན་སྲུང་འབྲུང་ནི་དོན་ལ་ གནད་དོན་གཙོ་བོ་རང་ མི་སྲུང་
 གིས་ངལ་རངས་བསྐྱེད་བཅག་ནི་དང་ མི་སྲུང་འབྲས་མི་མེན་པའི་
 ལ་འགན་འབག་མི་གཞན་ཚུ་དང་ ཕོ་མོ་འི་འགན་ཁྲོེ་དང་ ཕོ་མོ་དང་
 འབྲེལ་བའི་དམིགས་བསལ་གྱི་ ཐབས་ལམ་སྲུང་ཚོགས་བྱིན་ནི་ཚུ་
 ཨིན།

**དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་ཉམས་སྲུང་གི་ སྲིད་བྱས་གོང་འཕེལ་གཏང་ནི་
 ལ་ ཕོ་མོ་དགོས།**

དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་དང་ ཕོ་མོ་གི་བར་ན་ལ་ ཐན་ཚུན་གྱི་འབྲེལ་བ་
 བཞག་ཞིན་མ་ལས་ དེ་གོང་འཕེལ་གྱི་སྲིད་བྱས་ཚུ་རྒྱུ་འདྲ་མཚུགས་
 འབད་བཅིན་ ཕོ་མོ་འི་སྲུང་ཚན་ཚུ་ཉམས་སྲུང་གི་ཚུ་གྲུང་དང་འབྲེལ་བའི་
 བསམ་འཆར་འདྲ་མིན་སྲུང་ཚོགས་ཚུ་ སྲིད་ཐག་ཡང་པའི་ཐོག་ལས་
 བཅའ་མར་གཏོགས་ནི་གཤམ་ཆེ། དེ་བཟུམ་གྱི་སྲིད་བྱས་རྒྱུ་པའི་
 སྐབས་ལ་ ལ་ཚོ་གཡུལ་སྲོེ་ཚུ་དུ་ཅིག་གི་འབྲས་མི་ཚུ་དང་། ཡང་
 ཅིན་ སྲི་ལའི་ཞིབ་འཇུག་མཁས་མཚོ་གུ་ཚུ་དང་ གཞུང་དང་གཞུང་
 མིན་ལས་ཚོགས་ཚུ་ལ་སྲོེ་གཏང་དེ་ སྲིད་བྱས་རྒྱུ་བཅུག་ནི་འདྲོ་ཉེན་
 ལ་ཡོད་པའི་བྱ་སྲོེ་ཨིན། སྲིད་བྱས་རྒྱུ་པའི་གནས་སྐབས་ལ་ འགྲོ་
 བ་མི་དབང་ཆུང་ཐོབ་དབང་ ཕོ་མོ་འི་འདྲ་མཉམ་གྱི་གཞི་རྒྱ་ཚུ་
 རྒྱ་བརྟན་བཟོ་ནི་དང་ ལྷན་འཛོམས་ཀྱི་ཚོད་ཡིག་ནང་གི་ རྒྱ་དོན་ 2་
 7 དང་འབྲེལ་བའི་ དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་ ཡན་བརྟན་གོང་འཕེལ་
 དང་གུས་བཀའ་ཚུ་ཡང་ གོང་འཕེལ་གཏང་ནི་ལ་དམིགས་གཏང་
 བསྐྱེད་དགོས་མཚན་ ལག་ལེན་དང་འབྲེལ་བའི་ལམ་སྲོེན་ གྱི་ དོན་
 ཚན་ 702 དང་འབྲེལ་ སྲིད་བྱས་རྒྱུ་མི་དེ་གིས་ སྲོལ་རྒྱན་དང་
 འབྲེལ་བའི་གོ་བརྟེན་སྲུང་བའི་སྐབས་ལ་ ཕོ་མོ་ལ་གཞི་བཞག་པའི་
 ཉམས་རིང་ཕྱོགས་ལྷུང་དང་ ཡང་ཅིན་ སྐད་ཡིག་དང་ཚོས་ལགས། མི་
 རིགས་དང་མི་སྲུང་ སྲིད་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་རིགས་ཚོ་བཟོན་
 ལངས་བསྐྱལ་ནི་ཚུ་ལ་ ཐན་གྲོགས་འབད་བཅག་ནི་མི་འོང། སྲོལ་
 རྒྱན་གྱི་སྲིད་བྱས་དང་འབྲེལ་བའི་རྒྱལ་སྲིད་ཐབས་ལམ་ དཔེར་ན་



© 2013 Agency for Cultural Affairs



© 2012 by Firoz Mahmud – Photograph: Murshid Anwar

CEDAW དང་དེའི་ གནས་ཁ་ཅན་གྱི་མགོན་སྲོང་གི་ཡིག་ཆ་⁴དེ་
 གིས་ རྒྱབ་རྐྱེན་ཡིག་ཆ་སྲུང་བཏབ་མ་ཚང་ སྲིད་བྱས་དེ་ཐན་ཅུས་དང་
 ལྷན་སྲུང་བཟོ་ནི་དོན་ལ་ རྒྱལ་ཁབ་ནང་གི་ཕོ་མོ་འི་མི་སྲུང་ འདྲ་མིན་
 སྲུང་ཚོགས་དང་འབྲེལ་བའི་ལམ་སྲོལ་ཚུ་ཚུད་དགོས་ཨིན།

4. Convention on the Elimination of All Forms of Discrimination Against Women and its Optional Protocol, see: <http://www.ohchr.org/EN/HRBodies/CEDAW/Pages/CEDAWIndex.aspx>.

རྒྱལ་སྤྱིའི་ཐོ་བཀོད་ནང་ལུ་ བོ་མོ་དགོས།

འདས་པའི་ལོ་ངོ་བཅུ་ལྔ་པའི་གཞི་གཞི་གི་ནང་ལུ་ དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་གྱི་དོན་ལུ་ གཞུང་སྲོལ་ལྟར་འཁོད་ཀྱི་འཐུས་མི་ཚོ་གིས་ བོ་མོ་དང་འབྲེལ་བའི་རྒྱལ་རྒྱུན་ཡིག་ཆ་དང་ ལམ་སྲོལ་ཐོ་བཀོད་ཀྱི་གནད་དོན་ཚུ་ལུ་ གོ་ས་བསྐྱར་དང་གོ་ས་ཚོད་ཚུ་ཡང་བྱུང་ཡོད་པ་ཨིན། བོ་མོ་འི་འགན་ཁར་ཚོ་གི་འབྲེལ་བཤད་ཚུ་ གནམ་ཁའི་ཐོ་བཀོད་ནང་ལུ་ཚོད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན་རུང་ བཀོད་ཚུ་གས་ཀྱི་འཐུས་མི་ཚོ་གིས་ གནམ་ཁའི་ཐོ་བཀོད་ནང་ལུ་ བོ་མོ་དབྱེ་བའི་མིང་རྒྱུང་མེད་ཅིག་ ཐོ་བཀོད་འབད་ནི་འདི་ གནམ་ཚུ་ཚོད་མེད་པའི་ཚོ་གྲུང་ཚོ་ བཤད་དེ་ཡོད་པ་ཨིན་མས། དེ་མ་ཚོད་ བཀོད་ཚུ་གས་ཀྱི་འཐུས་མི་ཚོ་གིས་ བོ་མོ་དབྱེ་བའི་རིགས་ཚུ་དམིགས་གཏང་བསྐྱེད་དོ་ མི་སྲིད་མིང་དང་བཅས་པ་སྟེ་ དམིགས་བསལ་ཁོང་འདི་ལམ་སྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་ འགན་ཁར་འབག་མི་འཐུས་མི་སྡེ་ཚོ་གས་དང་ དེའི་ལུ་འགན་ཚུ་གི་བཤད་པ་རྒྱལ་དགོས་སྟེ་ འཐུས་མི་རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་ལུ་སེམས་བསྐྱུལ་འབད་ཡོད་པ་ཨིན།

བོ་མོ་གཙོ་གཞུང་བཟོ་ནི།

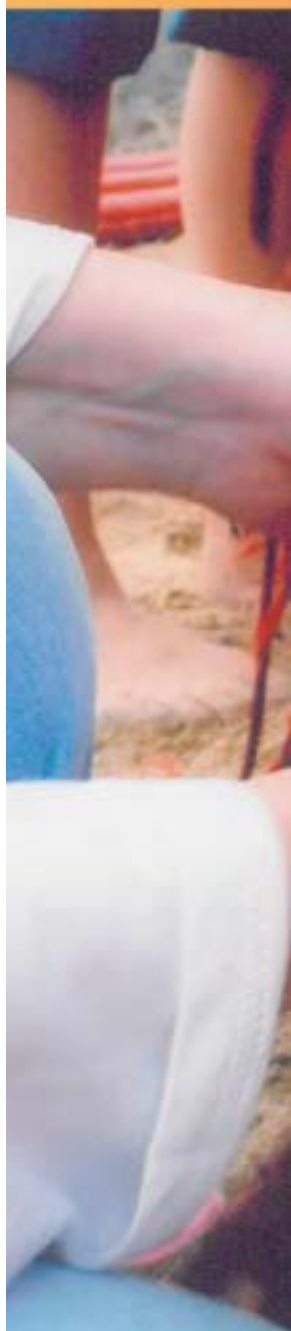
ལྷན་འཛུམས་ཀྱི་ཚོད་ཡིག་དེ་གིས་ བོ་མོ་རྒྱུང་མེད་ཅིག་ལུ་གཞི་བཞག་པ་མེན། གཞུང་གི་ལས་སྡེ་མང་ཤོས་ཀྱིས་ བོ་མོ་དང་འབྲེལ་བའི་གནད་དོན་ཚུ་གུ་ལུ་ གསུང་གོ་ས་འཐུས་འཐུས་རང་གནང་མ་མ་ཚོད་ ཁོང་ཚོ་གིས་ འཐུས་མི་རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་ལུ་ ལམ་སྲོལ་སྲོལ་གྱི་བྱེ་བྲག་ཚུ་ཐོ་བཀོད་ཀྱི་གནམ་ཚོད་ལུ་⁶ སྲུང་ལུ་ལུ་བའི་སྐབས་ བོ་མོ་འི་འགན་ཁར་ཚུ་ལུ་ དམིགས་བསལ་གྱི་དྲན་པ་བཏོན་དགོས་སྟེ་ དྲན་བསྐྱུལ་གྱི་ཞུ་བ་འབད་དེ་འདྲག་ ཐོ་བཀོད་ཀྱི་ཞུ་བ་ འཐུས་མིའི་ཡིག་ཚོད་ནང་ལྟོ་དེ་ཞིན་པ་ལས་ འཐུས་མི་རྒྱལ་ཁབ་དེ་གིས་ བོ་མོ་འི་གནམ་སྐྱེད་ཚུ་ལུ་གཞི་བཟོ་ལུ་ཉེ་དུས་མཐུན་བཟོ་སྟེ་ཡོད་པའི་ལག་ལེན་དང་འབྲེལ་བའི་ལམ་སྲོལ་དང་ ལྷན་འཛུམས་ཚོད་ཡིག་གི་གནད་དོན་ཚུ་ ལག་ལེན་བསྐྱར་སྤོང་འབད་ཐངས་དང་ དུས་ཚོད་དང་བསྐྱར་པའི་སྲུང་ལུ་ལུ་ཞིན་པ་ཨིན། དེ་ལས་ རྒྱལ་སྤྱིའི་མཐུན་ལམ་གྱི་ཐབས་རྒྱུ་ཚུ་གི་སྐོར་ལས་ སྲོལ་སྟོན་འདྲེ་མིན་སྡེ་ཚོ་གས་ཚུ་འབད་

ནི་ཡོད། དེ་གིས་མ་ཚོད་བར་ ཡུ་ཞེས་ཀོ་ UNESCO གི་ ཚོད་ཡིག་བསྐྱར་སྤོང་ཀྱི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་སྤྱིའི་སྲོལ་གས་གྲུབ་གོང་འཕེལ་ལས་རིམ་ཚོ་ཡང་ སྲོལ་རྒྱུན་ཉམས་སྐྱོང་གི་ བོ་མོ་དང་ལེན་དང་འབྲེལ་བའི་ སྲིད་བྱུས་ལམ་སྲོལ་དང་ སྲོལ་བརྒྱུད་ཚུ་ཡང་བྱིན་པ་ཨིན།

དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་དང་ བོ་མོ་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ ཉུ་གོ་ནི་འདི་ ཉམས་སྐྱོང་མན་རྟུས་ ལག་གཉིས་དང་ལྷན་སྐྱེ་འབྱུང་ནིའི་དོན་ལུ་ གལ་གནད་ཅན་ཅིག་ཨིན། ཉམས་སྐྱོང་གི་མན་རྟུས་ལག་གཉིས་པོ་འདི་ཡང་ གཅིག་པོ་འདི་ ཉམས་སྐྱོང་གི་དོན་ལུ་གོ་སྐབས་གསལ་བཟོ་བཟོ་ཨིན་པ་དང་ དེ་ལས་གཞན་མི་འདི་ བོ་མོ་འི་འདྲེ་མཉམ་སྦྲིད་སྦྲིད་ཡང་བཟོ་མ་ཨིན། དེ་འབད་མ་ལས་ སྲོལ་རྒྱུན་ཉམས་སྐྱོང་གི་དོན་ལུ་ བོ་མོ་འི་གཙོ་གཞུང་འདི་གིས་གོ་སྐབས་གསལ་བཟོ་མ་མ་ཚོད་ དེ་གལ་གནད་ཅན་གྱི་ཀུན་སྦྱོང་ཡང་ཨིན།

རྒྱལ་ཡོངས་ཨམ་སྐུའི་ཚོགས་སྡེ་ གིས་ སྐར་གྱི་ལུགས་སྲོལ་གྱི་དོན་ལུ་ཨི་ཇིབ་ཤན་མི་སྟེ། ཟེར་མི་ གཞུང་མིན་ལས་ཚོགས་འདི་ལུ་ ཨི་ཇིབ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་ཁ་མཐོ་པའི་ཨམ་སྐུ་ཚོ་གིས་ ཁོང་འདི་གལ་སྤྱིའི་ལག་ཤེས་རིག་རྒྱལ་ ཀའ་ལི་ ཟེར་མི་ལམ་སྲོལ་འདི་ ཡིག་ཐོ་བཀོད་ནིའི་དོན་ལུ་དང་ ཉམས་སྐྱོང་འབད་ནིའི་དོན་ལུ་ རྒྱལ་སྤྱིའི་འབད་ཡོད་པ་མ་ཚོད་ དེ་སྐབས་ལུ་ ཨམ་སྐུ་ 300 དེ་ཅིག་གིས་ སྲོལ་བརྒྱུད་ནང་བཅའ་མར་གཏོགས་ཡོད་པ་ད་ དེ་གིས་ཤུལ་ལས་ སྲོལ་བརྒྱུད་ཐངས་གཉིས་པ་ཡང་ འཕྲོ་མཐུན་དེ་བྱིན་ཡོད་པ་ཨིན་མས། ཁོང་ཨམ་སྐུ་ཚོ་གིས་ ཉུར་བརྒྱན་གྱི་ཐོག་ལས་ བཅའ་མར་གཏོགས་པ་ལས་བརྒྱུན་ཏེ་ ཉན་ཁ་ཅན་སྟེ་ལས་ཏེ་ཡོད་པའི་ དངོས་མེད་ལམ་སྲོལ་གལ་ཚེ་དྲག་ཅིག་ཨིན་མི་དེ་ སྐར་ལོ་ག་སྤྱིད་སྤྱིད་སྟེ་ བཟོ་ཡོད་པ་ཨིན།

5. Document ITH/13/8COM/7.
6. Decision 9.COM 13.a in Document ITH/14/9COM/Decisions.







དངོས་མེད་ལམ་
སྲོལ།



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

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

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



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization

ichcap

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



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization



འབྲུག་རྒྱལ་ཡོད་ལས་འགུ་རྒྱུ་སྐྱོད་ཚོགས་པ།
**BRUTAN NATIONAL
COMMISSION FOR UNESCO**



འབྲུག་རྒྱལ་ཡོད་ལས་འགུ་ལྷན་དུ་བཞུགས་པའི་དཔལ་འབྱོར་ལྷན་ཁང་།

