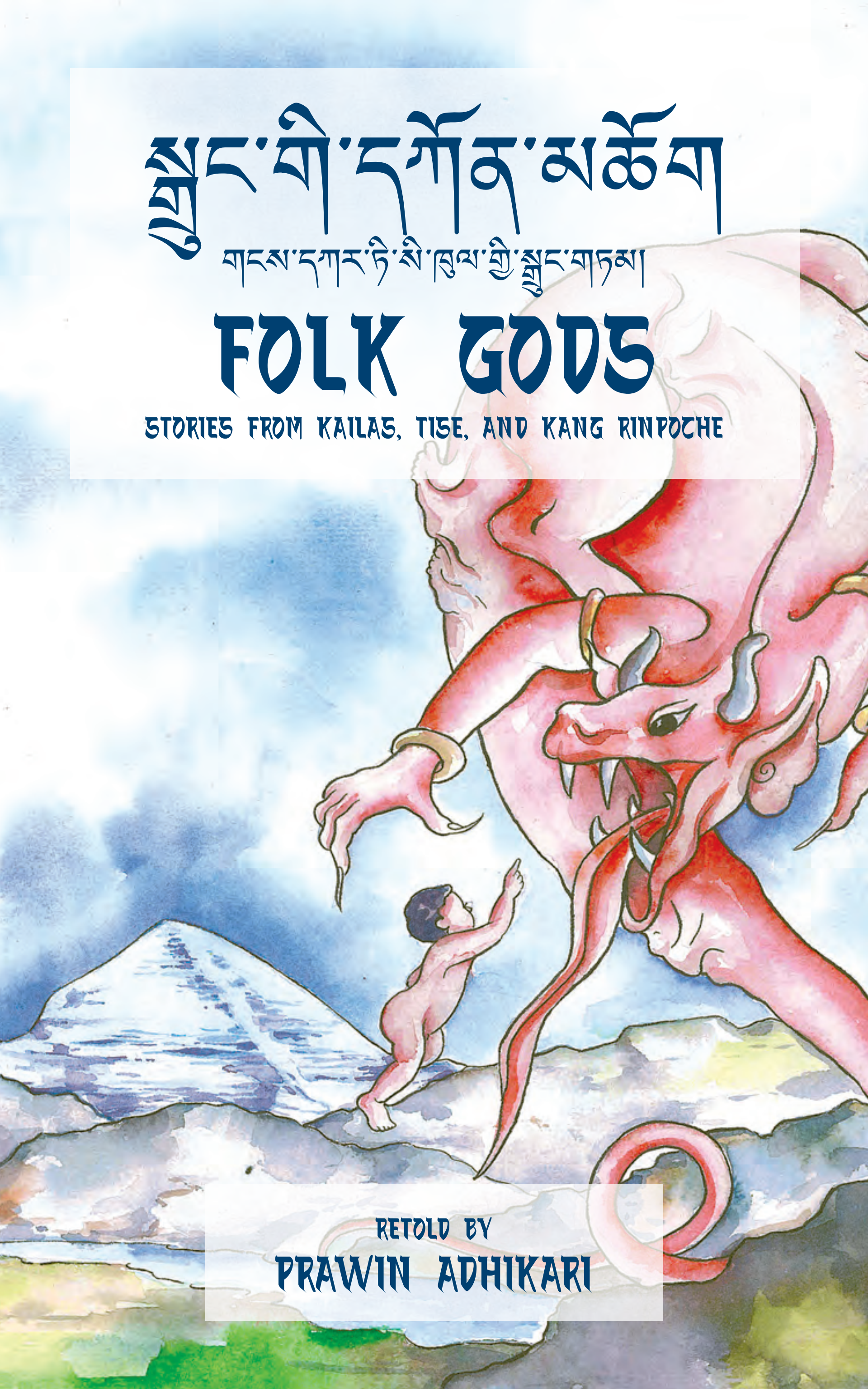
# སྤྲུང་གི་དཀོན་མཆོག

གངས་དཀར་ཏི་སེ་ཁུལ་གྱི་སྤྲུང་གཏམ།

# FOLK GODS

## STORIES FROM KAILAS, TISE, AND KANG RINPOCHE



RETOLD BY

PRAWIN ADHIKARI

# སྒྲུང་གི་དཀོན་མཆོག

གངས་དཀར་ཏི་སེ་ཁུལ་གྱི་སྒྲུང་གཏམ།

# FOLK GODS

## STORIES FROM KAILAS, TISE, AND KANG RINPOCHE


RETOLD BY

PRAWIN ADHIKARI

TRANSLATED BY

TEN PHUN, TENZIN SANGMO,
BHUCHUNG D SONAM & DORJEE



SAFU

ISBN 978-9937-0-2461-7
Adhikari, P. (2017). *Folk Gods*. Lalitpur, Nepal: Safu.

Published and distributed 2017 by
**Safu Publications**
Damodar Marg, Lalitpur, Nepal
Tel.: 977-1-5536974
Email: info@qcbookshop.com
www.qcbookshop.com

The publication is available in electronic form at
www.indiachinainstitute.org/sacred-landscapes-book/
and lib.icimod.org/record/32580

Cover and illustrations by Bharat Rai
Layout by Dishebh Raj Shrestha
Tibetan translation by Ten Phun, Tenzin Sangmo, Bhuchung D Sonam and Dorjee

The development of this book was the result of a collaboration undertaken between the India China Institute of The New School and the International Centre for Integrated Mountain Development (ICIMOD) through funds from the India China Institute, The New School, ICIMOD and the Luce Foundation.

Copyright and disclaimer:
All material in this publication is provided under a Creative Commons Attribution BY-NC License https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/legalcode. The material here may be quoted, reproduced, or used in any form for education, research, and development purposes without special permission from the India China Institute, the New School or ICIMOD provided acknowledgement of the source is made. No use may be made for resale or other commercial purposes without prior permission in writing from The India China Institute, The New School.

The views and interpretations in this publication are those of the author. They are not attributable to the India China Institute, The New School or ICIMOD and do not imply the expression of any opinion concerning the legal status of any country, territory, city or area of its authorities, or concerning the delimitation of its frontiers or boundaries, or the endorsement of any product.

All material from this publication should be attributed as ©2017 India China Institute, The New School.

# Contents


| | |
|---|---|
| སྒྲུང་དང་རྩོམ་པ་པོའི་བྱ་གཞག་སྐོར། | 5 |
| Note on Folk Story Authorship | 7 |
| | |
| ངོ་སྤྲོད། | 9 |
| Introduction | 14 |
| | |
| མི་རྟག་པའི་བོད་ཀྱི་ལྷ། | 17 |
| Mortal Gods | 24 |
| སྐྱེས་མའི་གདུང་བ། | 31 |
| Mother's Grief | 36 |
| བུ་སྤུན་ཚོའི་དམག་འཁྲུགས། | 41 |
| Battle of Brothers | 47 |
| ནགས་གསེབ་ཁྲོད་ཀྱི་རྟ་བདུན། | 52 |
| Seven Horses in a Forest | 58 |
| བདུད་མོའི་ཕམ་ཉེས། | 64 |
| The Fall of the Demoness | 71 |
| རྒྱལ་སྲས་བཟང་པོ་གསུམ། | 77 |
| Three Good Princes | 85 |
| ལྷའི་ཞིང་ས་ལྡེ་ཝ་བྷུ་མི། | 92 |
| Godsland: Devbhumi | 98 |
| མེས་པོ་སྤྱང་པོ། | 103 |
| The Clever Ancestor | 109 |
| སྲིན་བུ་ལྟོགས་པ། | 115 |
| The Hungry Ogre | 121 |
| བྱ་ལྷགས་གྲོན་པའི་སྒྱུ་འཕྲུལ་མ། | 127 |
| Puchawa Selzong | 135 |

# སྒྲུང་དང་རྩོམ་པ་པོའི་བྱ་གཞག་སྐོར།

སྒྲུང་གཏམ་བསྒྱུར་བཤད་ཡང་བཤད་བྱེད་པ་དང་འབྲི་བ་སོགས་ནི་མི་གཅིག་གིས་བྱེད་ཐུབ་པའི་བྱ་བ་ཞིག་མིན། ལོ་གསུམ་ཙམ་རིང་དཔེ་དེབ་འདིའི་ནང་གི་སྒྲུང་ཁག་བོད་དང་།བལ་ཡུལ། རྒྱ་གར་ནང་གི་ཧི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་ཀྱི་ས་ཁུལ་ལ་ཕྱིན་ནས་ཕྱོགས་སྒྲིག་བྱེད་སྐབས་མི་མང་པོས་སྒྲུང་བཤད་པ་དང་དེ་མིན་གྱི་རོགས་རམ་གང་མང་གནང་བྱུང་། ང་ཚོའི་ཉམས་ཞིབ་པ་ཚོར་བླ་མ་དང་། སྒྲུང་པ། གྲོང་གསེབ་པ་སོགས་མི་མང་པོས་ཐབ་ཚང་དང་། ལམ་ཀ། ཐང་སྟེང་། དེ་བཞིན་རི་ཟུར་སོགས་སུ་བསྡད་ནས་སྒྲུང་བཤད་པ་རེད། སྒྲུང་འབའ་ཞིག་ནི་ས་ཁུལ་མང་པོའི་ནང་བསྒྱུར་བཤད་དང་ཡང་བཤད་བྱས་པ་ལས་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། བལ་ཡུལ་གྱི་རྩོམ་པ་པོ་གྲགས་ཅན་ཀམ་ལ་ཀ་ཐུར་ལགས་དང་། པར་ཕྱིན་ཨ་ཊི་ཀ་རི་ལགས་གཉིས་ནས་གནའ་བོའི་སྒྲུང་འདི་དག་ལ་ཚོར་བ་གསར་པ་དང་། རྣམ་པ་གསར་སྤྲིན་ཡོད་པས་ཁོང་གཉིས་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། ལྷག་པར་དུ་ཧི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་དུ་གནས་པའི་མི་དམངས་ཀྱིས་སོ་སོའི་གནའ་བོའི་སྒྲུང་གཏམ་འདི་དག་ང་ཚོའི་ཉམས་ཞིབ་པ་ཚོར་དགའ་པོའི་ངང་བཤད་པར་སྙིང་ཐག་པ་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

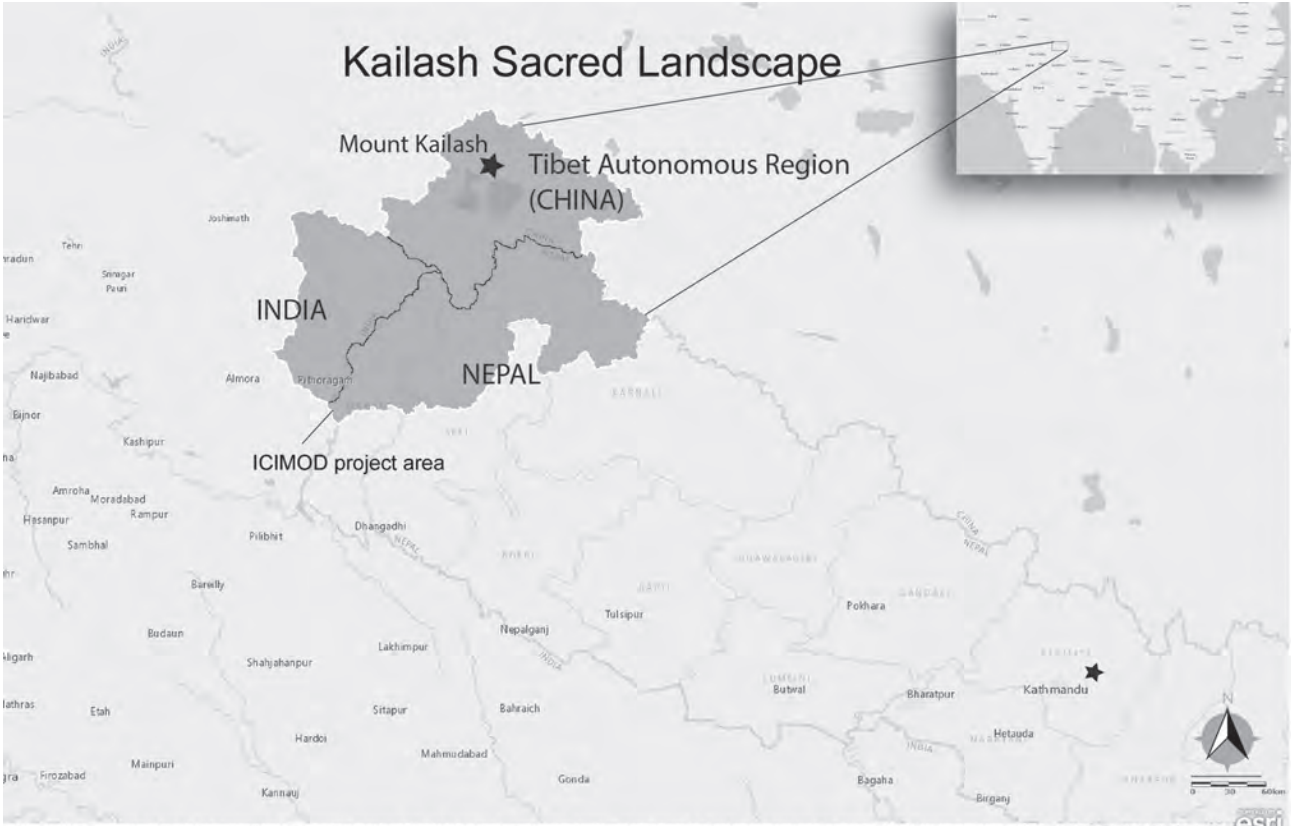
དེ་བཞིན་སྒྲུང་འདི་དག་སྐད་ཡིག་སྣེ་མང་ནང་བསྒྱུར་མཁན་དང་། ཨ་ཊི་ཀ་རི་དང་།

འཇིགས་མེད། སྐལ་བཟང་འཆི་མེད། ལོ་ཞིང་ལོ་ཙྭ། ཀུན་དགའ་ཡེ་ཤེས། བསྟན་ཕུན། བསྟན་འཛིན་བཟང་མོ། རྡོ་རྗེ། བུ་ཆུང་ལྷུམ་ར་བསོད་ནམས་དང་། ཅན་ཏེར་ཤ་པནྟེ་བཅས་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ།

# Note on Folk Story Authorship

The process of telling and retelling stories is always a group effort. This book would not be possible without many individuals sharing their time and stories with us. These folk stories were collected over the course of three years of exploration in the Himalayan areas of India, Nepal and the Tibet Autonomous Region of China. The stories were shared with our research team in many places—on dirt paths in the mountains; in communal halls around a fire; with locals one-on-one in their homes; and in meeting with lamas, priests, storytellers and village elders. It was often the case that we would hear the same story told in multiple versions. The well-known Nepali writer Prawin Adhikari helped edit a selection of these stories for readability. We are very grateful to him for his help. Most importantly, we would like to express our deep gratitude to the local villagers who shared their stories for the benefit of future generations. What you hold in your hands is the result of this collective effort. More information about the individual team members who collected the stories is included in the Introduction.

We also would like thank the talented translators who helped make sure these stories would be understandable in each local language: Govinda Adhikari, Jigme, Kelsang Chimee, Kunga Yishe, Ten Phun, Tenzin Sangmo, Bhuchung D Sonam, Dorje, and Chandresha Pandey.




Disclaimer: This map does not imply the expression of any opinion concerning the legal status of any country, territory, city or area of authority, or concerning the delimitation of frontiers or boundaries. Esri, HERE, Garmin, NGA, USGS | Esri, HERE

# ངོ་སྤྲོད།

ཁྱེད་ཀྱི་ལག་ཏུ་ཡོད་པའི་དཔེ་དེབ་དེའི་ནང་གི་སྒྲུང་རྣམས་ནི་ཧི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་ཀྱི་ས་ཁུལ་མང་པོའི་ནང་ཤོད་བཞིན་པའི་དམིགས་བསལ་གྱི་གནའ་སྒྲུང་རེད། གནའ་སྒྲུང་དག་མི་རབས་གཅིག་ནས་མི་རབས་གཞན་ཞིག་ལ་བཤད་རེས་བྱས་ཏེ་སྨུ་མ་ཐུད་རྒྱུན་འཛིན་བྱེད་པའི་ལམ་སྲོལ་ལ་ང་ཚོས་ངོས་འཛིན་དང་ཆེ་མཐོང་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། སྒྲུང་དེ་རྣམས་རྒྱུད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་དང་རིག་གཞུང་ཞིག་གི་འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་མ་འོངས་འཆར་སྣང་ཤེས་ཐུབ་པ་མ་ཟད། སྤྱི་ཚོགས་དེའི་མི་དམངས་ཀྱི་དད་པ་དང་བསམ་བློའི་འགྲོ་སྟངས་སོགས་ཀྱང་རྟོགས་ཐུབ།

དཔེ་དེབ་འདི་རྒྱུད་ཐག་རིང་ལ་འགྲོ་ལམ་མེད་པའི་ས་ཁུལ་ཁག་གི་རྩ་ཆེའི་ཁྱད་ཆོས་ལ་ངོ་སྣང་སློབས་ཐུབ་པ་དང་། ལྷག་པར་དུ་བོན་དང་། ནང་པ། ཧིན་ཊུ། འཇེན་སོགས་ཆོས་ལུགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོའི་དད་རྟེན་ཞུ་ཡུལ་ཧི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་ཀྱི་གནས་ཆེན་གངས་རིན་པོ་ཆེའི་ཁྱད་ཆོས་དང་གལ་འགང་སྟོན་ཆེད་ཡིན། གངས་རིན་པོ་ཆེ་ནི་གོང་གསལ་ཆོས་ལུགས་ཚང་མའི་གནས་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་ཏུ་བརྩི་བཞིན་ཡོད་པ་རེད།

ཧི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་ཀྱི་མིའི་རིགས་དང་། ཁོང་ཚོའི་སྒྲུང་གཏམ། དེ་བཞིན་ཁྱད་འཕགས་ཅན་གྱི་ས་ཁུལ་རྣམས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་སྒྲིལ་བའི་གནའ་སྒྲུང་འདི་དག་གི་དམིགས་ཡུལ་ནི་ཀློག་པ་པོ་ལ་གངས་ཏེ་སི་དང་། ཡུལ་དེ་དག་གི་ཁྱད་ཆོས་སྟོན་ཐུབ་པ་དང་། སྒྲུང་དེ་རྣམས་རྒྱུད་རི་རྒྱུད་དེའི་མི་དམངས་ཀྱི་ཆོས་དང་ཁོར་ཡུག དུས་དང་ས་ཁུལ། འདས་དང་མ་འོངས་པ་སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཁྱད་དུ་འཕགས་པ་དེ་དག་ངོ་སྤྲོད་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན། སྒྲུང་འདི་རྣམས་དཔེ་དེབ་དང་བྲ་རྒྱ་བརྒྱུད་ཁྱད་སྒྲིལ་བྱས་ནས་ཧི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་ཀྱི་གནའ་སྒྲུང་དེ་དག་མི་རབས་ནས་མི་རབས་བར་གནས་ཐུབ་པ་མ་ཟད་མི་རབས་གསར་པས་སླ་པོའི་ངང་བལྟ་ཀློག་བྱེད་ཐུབ་རྒྱུའི་དམིགས་ཡུལ་འཛིན་བཞིན་ཡོད། དེབ་

འདིའི་ནང་ཡོད་པའི་སྒྲུང་ཁག་དང་། དེབ་ནང་མེད་པའི་སྒྲུང་གཞན་ཁག་མང་པོ་ཞིག་ག་ཤམ་གསལ་དྲ་རྒྱའི་ཐོག་བཀླག་རྒྱུ་ཡོད།

(www. indiachinainstitute.org)

མངའ་རི་དང་། ཧུམ་ལ། པི་ཐོ་རཱ་སོགས་ས་ཁུལ་ཁག་གི་སྒྲུང་བ་མང་པོས་ཐོག་མ་སྒྲུང་བཤད་པ་རྣམས་ཕལ་ཆེ་བ་ཐུང་ཐུང་ཡིན་སྐབས་ང་ཚོའི་ཉམས་ཞིབ་པ་ཚོས་ཁོང་ཚོར་སྒྲུང་དེ་དག་རྫོམ་པ་པོའི་ཡིག་ཐོག་ཕབ་སྐབས་སྒྱུར་བ་འགྲོ་སྲིད་པ་དང་། དེ་བཞིན་སྒྲུང་དེ་རྣམས་འཛམ་གླིང་མི་དམངས་དང་ཉམས་ཞིབ་པར་རིན་མེད་མགོ་སྐྱོད་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཁ་གསལ་འགྲེལ་བརྗོད་ཞུས་ཡོད།

སྒྲུང་འདི་དག་ས་ཁུལ་དང་། རིགས་རུས། རིག་གཞུང་འདྲ་མིན་ནས་ཡོང་པ་ཡིན་སྐབས་ང་ཚོས་རྩོམ་པ་པོ་ཀམ་ལ་ཀ་སུར་དང་། ཕྲར་ལིན་ཨ་ཊེ་ཀ་རི་གཉིས་ལ་རྩོམ་སྒྲིག་པའི་འགན་བཞེས་རོགས་ཞེས་འབོད་སྐུལ་ཞུས་ནས་སྒྲུང་སོ་སོའི་ཡོངས་ཁྱངས་དང་མཚམས་པའི་ངང་བསྒྱུར་བྲིས་གནང་རོགས་ཞེས་ཞུས་པ་ཡིན། སྒྲུང་དེ་དག་ཡིད་ལ་ཟུག་པ་དང་། ནུབ་ར་སྐྱན་པ་ནི་རྩོམ་པ་པོ་ཁོང་གཉིས་ཀྱི་སྒྲུ་རྩལ་ལས་བྱུང་བ་བརྗོད་མ་དགོས། ཕྱོགས་བསྡོམས་བྱས་པའི་སྒྲུང་རྣམས་དཔེ་དེབ་འདིའི་ནང་ཙམ་མ་ཟད་དྲ་རྒྱའི་ནང་བརྙན་དཔར་བལྟ་རྒྱུ་དང་སྒྲ་ཉན་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཐུགས་ལ་ཉར་རོགས། ད་དུང་སྒྲུང་འདི་དག་སྒྲུང་པ་པོའི་སྐད་ཙམ་མ་ཟད་དབྱིན་ཡིག་དང་། བོད་ཡིག བལ་སྐད། དེ་བཞིན་རྒྱ་གར་གྱི་སྐད་ནང་བསྒྱུར་ཡོད།

ལོ་གསུམ་གྱི་ལས་གཞི་འདི་ཨ་རིའི་གྲོང་ཁྱེར་ནེའུ་ཡོག་ཏུ་ཡོད་པའི་ The New School in New York City གྱི་ལས་ཁུངས་ India China Institute (ICI) ནས་ The New School དང་། International Centre for Integrated Mountain Development (ICIMOD) གཉིས་དང་མཉམ་འབྲེལ་ལས་འཆར་ལ་གཞི་བཞག་ནས་འཆར་སྒྲིལ་གནང་བ་ཞིག་རེད། དེ་ཡང་ ICIMOD གྱིས་ Kailash Sacred Landscapes Conservation and Development Initiative (KSLCDI) དང་མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་བོད་དང་། བལ་ཡུལ། རྒྱ་གར་བཅས་ཀྱི་བར་ཁྱབ་ལས་གནང་བའི་འབྲས་བུ་ངེས་ཅན་ཞིག་རེད། (KSLCDI) ཡི་ལས་བྱེད་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་དུ་ཨ་ཧྀ་མན་ཁུ་པན་ཊེ་དང་། རྡ་ཧྲན་ཀོ་ཏྲུ། སྭཔྷབ་ནིལ་ཀོ་ཏྲུ་བཅས་ལ་དམིགས་བསལ་ཐུགས་རྗེ་ཞུ། Henry Luce Foundation

ཐེབས་རྩའི་ལས་བྱེད་ཊེ་ཉི་ཨ་ལེ་སི་ལགས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ། དེ་བཞིན་ང་ཚོའི་ཉམས་ཞིབ་པ་ས་སྣར་བླ་མ་དང་། ཧི་མ་ཊི་ཤུ་པ་ཊ་ཡ། སྐལ་བཟང་འཚེ་མེད། ཀུན་དགའ་ཡེ་ཤེས། པ་སངས་ཤར་པ། ཤེ་ཏལ་ཨའི་ཏེ་བལ། ནབ་རཱཛ་བླ་མ། ཨ་ཉི་མན་ཇུ་པན་ཏེ། ཤེ་ཀར་པ་ཐག ཚེ་དབང་བླ་མ་བཅས་ཀྱིས་ས་ཁུལ་ཁག་མང་པོར་ཐེབས་ནས་སྐྱོང་ཕྱོགས་བསྡུས་གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཤིན་ཏུ་ཆེ། India China Institute (ICI ཡི་ལས་བྱེད་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་དུ་སྙི་རེ་སི་ཧོ་ཙུ་ཡིས་ཕྱོགས་ཡོངས་ནས་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ། ལས་གཞི་འདིར་སྤྱིའི་རྒྱབ་སྐྱོར་གནང་མཁན་གཙོ་བོ་ Henry Luce Foundation ཡིན་པ་དང་དེ་བཞིན་ The New School དང་ International Centre for Integrated Mountain Development (ICIMOD) གཉིས་ཀྱིས་ཀྱང་རམ་འདེགས་གནང་བར་ཐུགས་རྗེ་ཆེ།

ལས་གཞི་འདི་ཐོག་མ་འགོ་བཙུགས་པ་ནས་བཟུང་རྒྱལ་ཁབ་འདྲ་མིན་ནས་ལོ་རྒྱུས་དང་། སྲུ་རྩལ། ཆབ་སྲིད། རྒྱལ་སྤྱིའི་འབྲེལ་ལམ་སོགས་ཀྱི་ཐོག་མཁས་པ་ཉི་ཤུ་ལྷག་གིས་མཉམ་འབྲེལ་དང་ཕྱག་ལས་གནང་བ་རེད། ང་ཚོའི་ ༼ རྩ་ཆེའི་ཧི་མ་ལ་ཡའི་ལས་གཞི། ༽ (Sacred Himalaya Initiative) ནང་ཕྱག་ལས་གནང་མཁན་ཤེ་ཁར་པ་ཐག་དང་ཚེ་དབང་བླ་མ་ལགས་སོགས་ཚོགས་མི་ཁ་ཤས་ནི་ཧི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་ཀྱི་ས་ཁུལ་ནས་ཡིན་པ་དང་། འཚེ་མེད། ཤུག་ཏ་བླ་མ། ཨ་ནིལ་ཙི་ཏར་ཀར། ཀུན་དགའ། པ་སངས་ཤར་པ། ཨ་ཤོག་གུ་རུང་། ཀེ་ཤིན་བུབ་རི་སི་ཀི། ཤེ་རེ་ཤ་ཐ་པེ་རེ་མ་ན་ཊེ། ཨ་མན་དེ་གུ་རུང་སོགས་ལ་ས་ཁུལ་དེ་དག་དང་ལོ་མང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་མ་ཟད་ལས་གཞི་མང་པོའི་ནང་ཕྱག་ལས་གནང་བའི་ཉམས་མྱོང་ཡོད་པ་རེད། ང་ཚོའི་མཁས་པ་གཞན་མག་ལ་རེ་མོ་དང་། རསྐི་ཡོའི་ཏེ། ནེ་ཧེན་སོའོ་ནེ། གི་རི་སི་ཀི་ཏྲུ། ལུ་ཞའོ་ཆེང་། མ་རི་ན་གནེ་ཧེ་བཅས་ལ་ཧི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་ཀྱི་ས་ཁུལ་ཁག་ནང་དེ་སྔོན་ཕྱག་ལས་གནང་མྱོང་མེད་ཀྱང་ས་ཁུལ་དེ་དག་གི་ཁོར་ཡུག་དང་། རིག་གཞུང་། ཆོས་ལུགས་སོགས་ཀྱི་སྐོར་མཁྱེན་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡོད་སྟབས་ལས་ང་ཚོས་གཞི་འདིའི་ནང་མཉམ་ཞུགས་གནང་རོགས་ཞེས་རེ་བ་ཞུས་པ་ཡིན།

འདས་པའི་ལོ་གསུམ་གྱི་ནང་ང་ཚོའི་ཉམས་ཞིབ་པ་ཚོས་གངས་རིན་པོ་ཆེ་དང་དེ་བཞིན་བོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་གཞན་དང་། བལ་ཡུལ། རྒྱ་གར་ནང་གི་ས་ཆ་མང་པོར་ཐེངས་མང་ཐེབས་སྐབས་ས་ཆའི་མཐོ་ཚད་དང་། ཆོས་ལུགས་དང་མི་རིགས་འདྲ་མིན་གྱི་མི་མང་པོ་དང་ཐུག་འཕྲད་བྱུང་། ཧི་མ་ལ་ཡ་ནི་ཡུལ་དང་མི་རིགས་འདྲ་མིན་གྱི་གཞི་མཐུན

ཀྱི་གནས་རྒྱ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་བརྩི་བཞིན་ཡོད་པ་ཁ་གསལ་རེད། ང་ཚོའི་རེ་བར་དེབ་འདིས་གློག་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ནང་ཧི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་དང་དེར་གནས་པའི་མི་རིགས་རྣམས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་ཏོག་ཙམ་ཚོར་བ་དང་རྟོགས་ཐུབ་པ་དེ་ཡིན། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༣ ལོར་ང་ཚོས་ལས་གཞི་འགོ་བཙུགས་པ་ནས་བཟུང་ས་ཁུལ་གྱི་ཡུལ་མི་དང་ཡུལ་སྐོར་བ་ཚང་མར་རི་བོ་དེ་དག་གནས་རྒྱ་ཆེན་ཡིན་པ་ཙམ་མ་ཟད་མིའི་སེམས་ཁམས་དང་བསམ་བློའི་འཕྲེར་བཟོ་ཚང་མའི་གཞི་མཐུན་ས་གཡལ་ཆེན་ཡིན་པ་ངོས་འཛིན་ཞུ་བཞིན་ཡོད། ང་ཚོའི་རེ་བར་གནའ་སྐྲུང་འདི་དག་རྒྱུད་གློག་པ་པོ་རྣམས་ལ་ས་ཁུལ་དེ་དག་གི་དམིགས་བསལ་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པའི་རིག་གཞུང་ཏོག་ཙམ་ངོ་སྤྲོད་བྱེད་ཐུབ་པ་དེ་ཡིན། ཁྱེད་ཀྱིས་དེབ་འདིའི་ནང་ནས་རྟོགས་ཐུབ་པ་ཞིག་ནི་གནའ་སྐྲུང་དེ་དག་དུས་ད་ལྟ་ཡང་ས་ཁུལ་དེ་དག་ནང་ཤོད་རེས་བྱས་ནས་སོ་སོའི་རིག་གཞུང་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་རི་རབས་གཅིག་ནས་མི་རབས་གཞན་དེར་སྤེལ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། སྐྲུང་འདི་དག་རྒྱུད་ད་ལྟ་འཛམ་གླིང་ནང་གནམ་གཤིས་འགྱུར་ལྡོག་དང་། རྩི་ཤིང་དང་སེམས་ཅན་འཚོ་གནས་ཐུབ་མིན། དེ་བཞིན་མ་འོངས་པར་གནས་སྟངས་ཇེ་ཞན་མི་ཡོང་བའི་ཆེད་སློབ་གསོ་གཏིང་ཟབ་ལེན་རྒྱུ་ཡོད། དེ་བཞིན་སྐྲུང་འདི་དག་གི་འགྲོ་བ་མི་དང་། སེམས་ཅན། རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་འདས་པ་དང་། ད་ལྟ། མ་འོངས་པ་སོགས་གཅིག་ལ་གཅིག་རྟེན་ཡིན་པ་རྟོགས་ཐུབ་པ་མ་ཟད། རང་རང་སོ་སོའི་འདོད་པ་ཁོ་ན་མ་ཡིན་པར་དོན་ལྡན་གྱི་མི་ཚེ་ཞིག་སྐྱེལ་འདོད་ཀྱི་བློ་སེམས་བསྐྲུན་ཐུབ་པའི་ནུས་པ་ཡང་ཡོད།

འགྲོ་ལམ་དང་དེང་དུས་འཕྲུལ་ཆས་ཀྱི་ཡར་རྒྱས་ལ་རྟེན་ཧི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་ཀྱི་ས་ཁུལ་ཁག་ནང་སྔར་ལས་ཆེས་ལས་སླ་པོར་འགྲོ་འོང་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་སྐབས། ས་ཁུལ་དེ་དག་ལ་མ་འོངས་པར་འགྱུར་ལྡོག་ཇི་འདྲ་ཡོང་མིན་དོགས་དྲི་མང་པོ་སླེབ་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། འཆར་གཞི་འདིའི་ཐོག་ཉམས་ཞིབ་དང་ལག་ལེན་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་གྲུས་པར་ལས་གཞི་འདིའི་ནང་མཉམ་བཞུགས་བྱེད་རྒྱུ་བྱུང་བ་ནི་མི་ཚེ་འདིའི་ནང་བརྗེད་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། གྲུས་པ་རང་ཉིད་ས་ཁུལ་དེའི་མི་ཚང་ཞིག་གི་ནང་སྐྱེས་ཤིང་བོད་ནང་ལོ་མང་ལས་ཀ་བྱེད་མྱོང་མཁན་ཡིན་ཅང་ནང་པའི་བླ་མ་དང་། ཧིན་དུའི་དྲང་སྲོང་། གངས་རིན་པོ་ཆེ། མ་ཕམ་གཡུ་མཚོ། ལྷ་དབང་ཕྱུག་སོགས་ཀྱི་སྐོར་ཆུང་དུས་ནས་མང་པོ་གོ་མྱོང་བ་སོང་སྐབས་གནའ་སྐྲུང་འདི་དག་ང་རང་སྒེར་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་དོན་ལྡན་དང་བྱིས་པའི་སྐབས་ཀྱི་དུས་ལ་དྲན་ཤེས་དང་ཕྱི་བལྟས་བྱེད་ཐུབ་པ་བྱུང་། དེ་ཙམ་མ་ཟད། གྲུས་པ་ཁེ་ལས་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ལས་གཞི་འདི་རྒྱུད་གྲུས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་མཐོང་རྒྱ་དེ་བས་རྒྱ་ཆེ་རུ་ཕྱིན་པའི་

ཕན་ཐོགས་ངེས་ཅན་བྱུང་།  དེ་ཡང་ས་ཁུལ་དེ་དག་གི་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀྱི་ས་མཚམས་དབྱེར་མེད་གནས་ཐུབ་པའི་ཡོན་ཏན་དེ་རྟོགས་བྱེད་རང་ཉིད་སོ་སོ་ས་ཁུལ་དེར་དངོས་སུ་ཕྱིན་ནང་ཉམས་སུ་མྱོང་རྒྱུ་ལས་ཐབས་གཞན་མ་འཆིས།

གུས་པའི་རེ་བ་ནི་སྐྲུང་འདི་དག་རྒྱུད་ཧི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་ཀྱི་མི་རིགས་འདྲ་མིན་དང་ཁོང་ཚོའི་ལོ་རྒྱུས་དང་རིག་གཞུང་སྣ་མང་སྐོར་ཀློག་པ་པོ་རྣམས་ལ་ཞེས་རྟོགས་ངེས་ཅན་འཕེལ་བ་དེ་ཡིན།

རྒྱུ་མཚན་དེ་དག་ལ་རྟེན་ལས་གཞི་འདི་ནི་གནའ་སྒྲུང་བསྐྱར་བཤད་བྱེད་རྒྱུ་ལས་དམིགས་ཡུལ་ཆེས་རྒྱ་ཆེ་བར་གྱུར།  མི་སོ་སོར་སེམས་འགྱུལ་ཐེབ་པ་ནི་སོ་སོའི་སྤྱི་ཚོགས་དང་།  རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ས་མཚམས་ཁོ་ན་ཙམ་གྱི་བསམ་བློ་མ་ཡིན་པར་རྒྱ་ཆེ་བའི་འགྲོ་བ་མི་རིགས་དང་།  རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་བཅས་ཀྱི་མཉམ་དུ་ཞི་བདེ་དང་ཆམ་མཐུན་དང་གནས་ཐུབ་པ་དེ་འོ། (Found at: http://lib.icimod.org/record/32799 or www.indiachinainstitute.org/sacred-landscapes-book/)

ཨ་ཤོག་གུ་རུང་།

འགན་འཛིན།

རྒྱ་གར་དང་རྒྱ་ནག་གི་ཚོགས་སྡེ། India China Institute

སློབ་དཔོན་ཆེན་མོ། Julien J. Studley Graduate Program in International Affairs, The New School

# Introduction

There are many sacred mountains and lakes in the Himalayas, but the most famous amongst them is Mount Kailas. It is also called Kang Rinpoche or Kang Tise by the people of Tibet. Hindus, Bönpos, Buddhists, Jains, Sikhs, and animists all consider Kailas a sacred place. Many religions believe Mount Kailas to be the closest humans can get to the heavens.

This collection of folktales from Humla in Nepal, Uttarakhand in India, and the Tibet Autonomous Region in China explores the ways in which people from the Kailas region have understood their relation to their land and ancestors. Some of the questions these stories explore are: How are we related to the land where we grow up? What do we and our ancestors, going as far back as memory or imagination can reach, share with the sacred groves, lakes, peaks and rivers of our land? And, what beauty, warnings or wisdom have our ancestors left behind for us?

For thousands of years, people of the land around Kailas have been divided into different nations and religions, but they still share the same air and waters, and still worship the same lakes and mountains. Their dreams have the brilliance of Himalayan snow and the clamour of cranes in the skies. Through these stories, the India China Institute at The New School in New York and the International Centre

for Integrated Mountain Development (ICIMOD) hope to reach young readers from the region and invite them to once more reflect on their own land, air and stories as found in these folktales. This book seeks to remind young readers in these countries – and readers all around the world – to recognize what is common across communities, nations and periods in history, while also recognizing what the unique inheritance of every community is.

This book emerged out of a three-year project designed and led by the India China Institute at The New School in New York City. In addition to contributions from The New School, primary support for the project came from the Henry Luce Foundation and ICIMOD. I want to use this opportunity to thank all of our supporters for their partnerships and generous contributions. Also, a very special thanks to our fieldwork team: Sagar Lama, Himani Upadhyaya, Kelsang Chimee, Kunga Yishe, Pasang Y. Sherpa, Sheetal Aitwal, Nabraj Lama, Shekhar Pathak, and Tshewang Lama (Chakka Bahadur) – for their crucial role in gathering stories from the region. We also thank Abhimanyu Pandey, Rajan Kotru and Swapnil Chaudhary of ICIMOD for their tireless support and participation in the project. And my special thanks to Toby Volkman of Luce Foundation for their continued support and encouragement over the years.

Pasang Sherpa, Sagar Lama, Sheetal Aitwal and Tshewang Lama (Chakka Bahadur) collected and retold stories from Humla and Darchula districts in Nepal. Himani Upadhyaya collected stories from the Pithoragarh district of Uttarakhand state in India, with the support and guidance of Shekhar Pathak. Kelsang Chimee collected stories in the Ngari Prefecture of Tibet Autonomous Region in China, with participation from Kunga Yishe. The research associates collected and translated these stories from many

different sources, traveling by road and by foot in search of interesting tales. Later, Prawin Adhikari expanded them into their present form in English. Govinda Adhikari translated the stories into Nepali. Thanks to Tenzin Norbu Nangsal for editing the Tibetan, Liu Xiaoqing for editing the Chinese, and Shekhar Pathak for editing the Hindi. To reflect the great diversity of societies, cultures and religions from where these folktales were collected, the stories have been published as four bilingual books, with stories in English, alongside translations in Mandarin, Hindi, Nepali, and Tibetan.

Additional stories and materials, including photographs, maps, audio recordings and other related information, are publicly available on the India China Institute's website as part of its Sacred Himalaya Initiative, a three-year Luce Foundation-funded project exploring religion, nature and culture in the Himalayas. Electronic versions of each language may be downloaded free of cost for personal or educational use from the ICI website at: www.indiachinainstitute.org/sacred-landscapes-book/ and from ICIMOD's website at: lib.icimod.org/record/32580.

**Ashok Gurung**
Senior Director, India China Institute, and Professor of Practice, Julien J. Studley Graduate Program in International Affairs, The New School

# མི་རྟག་པའི་བོད་ཀྱི་ལྷ།

རིག་གཞུང་དང་ཆོས་ལུགས་མང་པོའི་ནང་ལོ་རྡོ་སྟོང་ཕྲག་གོང་ལ། ལྷ་འདྲེ་རྣམས་མི་དང་ལྷན་དུ་བཞུགས་ཀྱི་ཡོད་པའི་སྐོར་བཤད་སྲོལ་ཡོད་པ་རེད། དུས་དེ་འདྲ་ཞིག་གི་སྐབས། ཧི་མ་ལ་ཡའི་ཁུལ་གྱི་ལྷ་ཞིག་ལ་སྟོབས་ཤུགས་དང་ལྡན་པ་གཞོན་ནུ་ལྡེ་ཡོད། ཚུང་ཤོས་དེའི་མཚན་ལ། པི་པི་ཡ་ཞེས་གཙན་པོ་བཞི་ཡོད་ཅེས་པའི་དོན་གྱི་མཚན་གསོལ་ཡོད།

གཙེན་གཙུང་ལྡེ་པོ་དག་ཕན་ཚུན་བརྩེ་བ་ཆེ་བས་རྟག་ཏུ་མཉམ་དུ་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད། ཁོང་རྣམ་པས་ཧི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་དུ་ཡོད་པའི་བོད་ཀྱི་སྤྱང་གཤོངས་སྟེང་གི་རི་དྭགས་གནའ་བ་རྗེས་འདེད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། ཆུ་མོ་གང་ལྷའི་ནང་གངས་ཆུས་ཆབ་གནང་རྒྱུ། དེ་བཞིན་ཏུམ་ལར་ཡོད་པའི་ཀར་མི་ཆུ་ཚན་དུ་ཡང་རྐྱལ་བསྐྱོན་པར་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་རྣམ་པར་ཤིང་རྟ་འཁོར་ལོ་རེ་ཡོད་པ་དང་། ས་ཕྱོགས་གང་སར་དེ་དག་ཆིབས་ཏེ་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད།

དཔྱིད་དུས་སུ་ལྷ་སྲས་རྣམས་ལངས་དཀར་མཚོའི་མཚོ་གླིང་དུ་བྱེའུ་ཚང་བཟོ་སྟངས་ལ་གཟིགས་པར་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད་ལ། ལི་མི་གྲོང་གཤོངས་སུ་གསལ་འམ་གསལ་གཟིག་གཟིགས་པར་ཡང་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད། བི་ཡན་གྲོང་གཤོངས་སུ་ཡོད་པའི་བད་ཁང་གི་ཞིང་ཁའི་ནང་ཞབས་བྲོ་བསྐྱོན་པར་ཕེབས་ཆེད། སྐབས་རེ་ལྷ་སྲས་རྣམས་ལུག་རྫིའི་ཆས་གོས་གྱོན་ནས་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

ཉིན་ཞིག་ལྷར་ཕལ་ཞེས་པའི་ས་ཁུལ་གྱི་མེ་ཏོག་གྲོང་ཚོའི་ནང་ཁོང་རྣམས་གཡའ་ཕེམ་མེ་ཏོག་དང་སེར་ཆེན་མེ་ཏོག་གི་དབུ་རྒྱན་བཟོས་ནས་བཞུགས་སྐབས། གློ་བུར་དུ་ཡིད་དབང་འཕྲོག་པའི་གཞས་སྙན་པོ་ཞིག་གསན་པ་དང་། པི་པི་ཡ་ཡིས་གཙེན་པོ་ཚོར། རྫོ་ལགས། ང་ཚོ་ལྷ་ཡིན་ཀྱང་། ངས་གསུང་བཟང་དེ་འདྲ་མཇལ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་མ་བྱུང་ན་ང་འཆི་བ་འདུག ཅེས་ཞུ་སྐབས། རྫོ་ལགས་ཚོས་ཁོང་ལ། ཆགས་པ་ཁ་ཤས་སྐྱེས་པ་དེ་

འཆི་རྒྱུ་ཡོད་པའི་སེམས་ཅན་མིའི་ཆེད་དུ་རེད། ང་ཚོར་གཞོན་ནུའི་ལང་ཚོ་འདི་རྟག་པ་ཡིན་དུས། མ་སྐྱིད་པའི་རྒྱུར་ཆགས་པ་ཡིན་ན་དེ་ཡང་རྟག་པ་རེད་དེ། ཅེས་ཉེན་བརྡ་བཏང་། ཡིན་ན་ཡང་པེ་པེ་ཡ་ཡིས་ཨུ་མཐུད་ནས་གཞས་པ་དེ་འཚོལ་རྒྱུར་ཤུ་བརྩུགས་རྒྱག་སྐབས། གཅེན་པོ་ཀྲན་ཤོས་དེས། པེ་པེ་ཡ་འཁྲིག་གི་རེད། ཡིན་ན་ཡང་ང་ཚོས་མིས་སྤྲིན་པ་བཏང་བའི་ཟས་ལ་རོལ་རྒྱུ་མིན་པའི་དམ་ཆ་བཞག་དགོས། འབྲས་ཀང་གཅིག་ཀྱང་ཁའི་ནང་བཙུག་ན། གཏན་དུ་མི་ཡུལ་ལ་ལྷག་རྒྱུ་རེད། ཅེས་གསུངས།

ཁོང་རྣམ་པས་ཤིང་རྟ་འཁོར་ལོའི་སྟེང་ཆིབས་བཞིན་ཧོག་ཙམ་བཅལ་རྗེས། གཞས་པ་རྣམས་བ་ཡན་གྲོང་གཤོངས་ཀྱི་རུང་ཞེས་པའི་མི་རྣམས་སྡོད་ས་དེ་རྟེད་པ་རེད། རུང་ལིན་གྱི་རྗེ་བོའི་སྲས་མོ་ལྔ་ཡོད་པ་རྣམས་ནས་འཛམ་གླིང་ནང་གི་བུ་མོ་མཛེས་ཤོས་ཡིན་པ་དང་།

པེ་པེ་ཡ་དང་ཁོང་གི་གཅེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བུ་མོ་དག་མཇལ་མ་ཐག་རང་ཉིད་ངོ་སྤྲོད་གནང་ནས་གྲོགས་པོ་སྒྲིག་གནང་བ་རེད།

རུང་ལིན་གྱི་རྗེ་བོ་དེས་ཁོང་གི་བུ་མོ་ཚོའི་ཆེད་སྤྲོ་སྐྱིད་གནང་སའི་ཕོ་བྲང་ཞིག་བཞེངས་ཡོད་པ་དང་། དེ་ནས་བུ་མོ་ཚོས་བྱང་ཤར་དུ་ས་ཡི་པལ་རི་བོ་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་པ་མ་ཟད། གྲོང་གཤོངས་ཀྱི་གཞམ་དུ་མ་ཏ་ཀ་ལི་གཙང་པོ་རྒྱུགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

ཕོ་བྲང་དེར་ལྷ་སྲས་རྣམས་དང་སྲས་མོ་རྣམས་སྤྱི་མ་དམར་པོའི་ཁེབས་པའི་ཉལ་ཁྲིའི་སྟེང་མིག་མང་སྐྱ་རྩེད་གནང་རྒྱུ་དང་། ལྡུམ་རྭའི་ནང་གི་རྩའི་སྟེང་ཞབས་བྲོ་དང་སྐྱུ་འཆམ་གནང་ཏེ། མཚན་གང་བཀའ་མོལ་དང་བཞད་མོ་ཤོར་ནས་བཞུགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྐབས་རེ་ལྷ་སྲས་རྣམས་ཀྱིས་གླིང་བུ་བཏང་རྒྱུ་

དང་ཟ་བརྡུང་སྐབས་གཞོན་ནུ་མ་ཚོས་ཞབས་བྲོ་བསྐྱོན་གྱི་ཡོད།

སྲས་མོ་ཚོས་ལྷ་སྲས་རྣམས་ལ་ཞབས་བྲོ་བསྐྱོན་རྒྱུའི་གསོལ་འདེབས་ཞུ་དུས་ཁོང་རྣམ་པས་དང་ལེན་གནང་གི་ཡོད་ཀྱང་། ཞལ་ལག་སོགས་འདེགས་འབུལ་ཞུ་སྐབས། རྒྱུ་མཚན་སྣ་ཚོགས་བརྗོད་ནས་བཞེས་ཀྱི་མེད་པ་རེད།

ནམ་མ་ལངས་ཙམ་གོང་ཉིན་ལྟར་སྤྲོ་སྐྱིད་བཏང་སའི་ཕོ་བྲང་འདི་ནས་ཕྱིར་ཐེབས་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད། ཉིན་ཤས་གྲོགས་སྒྲིག་བྱས་རྗེས། སྲས་མོ་ཚོས་ཉིན་ལྟར་ཁོང་རྣམ་པའི་མགྲོན་པོར་འདེགས་འབུལ་ཞུས་པའི་ཞལ་ལག་དང་ཞལ་ཏོག་རྣམས་ལ་ཕྱག་ཙ་བ་ནས་མ་འཆང་བར་ལུས་བཞིན་ཡོད་པའི་ཐུགས་སྣང་བྱུང་རྗེས། ཁོང་རྣམ་པའི་གནང་ཕྱོགས་དང་ཉམས་མྱོང་པའི་ཐུགས་གཤིས་ལ་བལྟས་ན་དངོས་གནས་ཁོང་རྣམས་ལྷ་སྲས་ཡིན་པ་འདྲ། ང་ཚོས་ཕུལ་བའི་ཞལ་ལག་དེ་དག་ལ་ལྷུད་ཡོད་པའི་རྐྱེན་གྱིས་

མཆོད་ཀྱི་མེད་པ་འདྲ་ཞེས་སྲས་མོ་རྣམས་ནང་ཁྲུལ་གོ་སྒྱུར་གནང་། ཁོང་རྣམ་པས་བཞེས་འབྲས་ཀྱི་འབྲུ་གྲུ་རེ་རེ་བཞིན་སོ་སོས་པགས་པ་བཤུས་ནས་དངས་གཙང་དང་ཕུལ་རྒྱུའི་ཐག་གཅོད་གནང་བ་རེད། བཅོ་བཀུར་དེ་འདྲའི་དང་ཕུལ་བའི་ཞལ་ལག་གྲོགས་པོ་སུས་ཀྱང་མིན་གསུངས་ཐུབ་ཀྱི་རེད་ཅེས་གསུངས་བཞིན་འབྲས་ཉིལ་འབྲུ་རེ་རེ་བཞིན་པགས་པ་བཤུས་གནང་པ་རེད། ལས་ཀའི་དཀའ་སྡུག་དང་ཉོབས་ལས་སངས་ཆེད་ཁོང་རྣམ་པས་གླུ་ལེན་བཞིན་ཕྱག་ལས་གནང་། ཁོང་རྣམ་པས་འབྲས་དངས་གཙང་དེས་ལྷ་སྲས་རྣམས་ལ་སྤྲོ་བ་སྐྱེད་ཐུབ་པའི་ཡིད་ཆེས་དང་སེམས་ལ་དགའ་སྤྲོ་འཕར་མ་སྐྱེས་ཤིང་། པགས་པ་བཤུས་ཟིན་པའི་བཞེས་འབྲས་དེ་ཧོ་མའི་ནང་བཀོལ་ནས།

དེར་རྒྱ་གར་ལྷོ་ཕྱོགས་ཀེ་ར་ལ་དང་བྱང་ཕྱོགས་ཀ་ཤི་མིར་ནས་ཡི་གེ་སྨན་སྣ་བསྐྱོན་ཏེ་འབྲས་ཐུག་ཞིམ་པོ་ཞིག་བཀོལ་བ་རེད། ལྷ་སྲས་རྣམས་ཕྱི་དྲོ་ཕེབས་དུས། སྲས་མོ་དག་གིས་ཁོང་རྣམ་བལ་སྤུས་ཚད་བཟང་ཤོས་ལས་བཟོས་པའི་བཞུགས་གདན་སྟེང་ལ་གདན་འདྲེན་ཞུས་རྗེས། གཡག་གི་ཟ་མས་རླུང་བསིལ་པོ་བཏང་བཞིན། འབྲས་ཐུག་དེ་དག་འདེགས་འབུལ་ཞུ་སྐབས།

ལྷ་སྲས་བགྲེས་ཤོས་དེས་ཚུར་བ་རྣམས་ལ་མིག་བཙུམ་ཞིག་བསྐྱོན་ནས་འབྲས་ཐུག་དེ་བཟའ་ཚུལ་བྱ་དགོས་པ་ལས་འབྲས་ཉིལ་འབྲུ་གཅིག་ཀྱང་ཁའི་ནང་འཛུལ་འཇུག་ཐབས་མེད་པའི་བརྡ་ལན་ཞིག་གནང་བ་རེད། མིས་འདེགས་འབུལ་ཞུས་པའི་ཞལ་ལག་མཆོད་མ་མཆོད་དེས། དངས་གཙང་གི་ལྷ་དང་དྲི་མ་ཅན་གྱི་མིའི་དབར་གྱི་ས་མཚམས་ལྷ་བུ་ཡིན་དུས། དེར་དམ་འཛིན་མ་བྱས་ན་འཇིགས་རྟེན་བཀོད་པ་པོའི་དགོངས་པ་ལས་འགལ་གྱི་ཡོད་པ་རེད།

ཁོང་གི་གཙུང་པོ་ཚོས་བརྡ་ལན་གང་གནང་གི་ཡོད་པ་མཁྱེན་ནས་གཅིག་གིས་བཞེས་ཐུག་དེའི་དྲི་མ་ཞིམ་པོ་འདུག་ཅེས་ཞལ་མོ་ཤོར་བཞིན་བསྔགས་བརྗོད་གནང་བ་དང་། གཞན་པ་ཞིག་གིས་དེའི་ནང་ཁ་ཆེ་ཤ་སྐམ་པ་དེའི་དྲི་མས་ངའི་བློ་འགྲུག་སོང་ཞེས་གསུངས་ཤིང་། ཞལ་གྱི་ཕྱོགས་སུ་སྣམས་ཏེ་མཆོད་ཚུལ་བསྟན་ཏེ་དབྱུང་པའི་སྟེང་ནས་རྒྱབ་ངོས་སུ་གཡུགས་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། པི་པི་ཡས་དེ་དེ་བཞིན་གྱིས་འབྲས་ཐུག་དེར་བསྔགས་བརྗོད་གནང་ཤོར་ཞལ་མོ་སྐད་ཆེན་པོ་ཞིག་ཤོར་སྐབས།

འབྲས་ཧྲང་གཅིག་ཁོང་གི་ཞལ་ནང་ཤོར་བ་རེད།

མཚན་མོ་དེར་ལྷ་སྲས་རྣམ་པས་སྲས་མོ་དེ་དག་གི་ལྷན་དུ་གསང་གཏམ་བརྗོད་བཞིན་ཞབས་བྲོ་སོགས་སྐྱོན་སྐབས། གཅེན་གཙུང་ཚོས་ཁོང་རྣམ་པའི་ལྷན་དུ་ རྨ་བྱའི་སྒྲོའི་ཨེ་ཙི་གུ་ལུ་སུས་བཟོད་ཐུབ་མིན་གྱི་སྐུ་རྩེད་མང་པོ་གནང་རྗེས། ཐོ་རེངས་ཀྱི་འོད་

མདངས་ལས་ནམ་མཁའ་དམར་ལྷེམ་མེར་འགྱུར་སྐབས། ལྷ་སྲས་རྣམས་སྣང་ཡང་ཕྱི་དྲོ་ལ་ཕེབས་རྒྱུའི་ཞལ་བཞེས་གནང་ཏེ་གསེར་དངུལ་ལས་གྲུབ་པའི་ཤིང་རྟ་འཁོར་ལོ་ལྔའི་སྟེང་ཆིབས་ནས་ཕེབས་སྐབས། གཞོན་ནུ་མ་ཚོས་དར་གོས་འཁྱིལ་བཞིན་ཕེབས་སྐྱེལ་ཞུས། སློ་བུར་དུ། པི་པི་ཡའི་ཤིང་རྟ་འཁོར་ལོ་ས་ཐོག་ནས་མངོན་གསལ་མེད་པའི་ནུས་པ་ཞིག་གིས་འཐེན་པ་ལྟར་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་ནས་ཐུར་དུ་བབས་འགོ་འཛུགས་པ་དང་། གཙེན་པོ་ཚོས་གཟིགས་ཏེ་ཐུགས་ཚབ་ཆེན་པོ་བྱུང་། མཐའ་མ་ཁོང་གི་ཤིང་རྟ་འཁོར་ལོ་དེ་སེར་ཁ་གྲོང་གསེབ་དུ་གཞིས་ཆགས་སྐབས། སྤྲིན་ཕྱོད་ནས་གཙེན་པོ་ཚོས། པི་པི་ཡ། ཁྱེད་རང་གི་མིའི་ཟས་བཞེས་ཡོད་པ་འདྲ། ད་ཁྱེད་རང་གི་ནོར་འཁྲུལ་ལ་དང་ལེན་མ་ཞུས་ཀ་མེད་རེད། དེར་རྟེན་མི་ཡུལ་དུ་རྒྱལ་པོ་ལྷ་བུའི་མི་ཚེ་རོལ་བཞིན་བཞུགས་དང་། ང་ཚོས་ཁྱེད་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ཡོངས་རྫོགས་སྐྱོང་ཆོག ཅེས་གསུངས།

པི་པི་ཡས་གཙེན་པོས་བཀའ་དགོངས་བཞིན་མོས་མཐུན་ཞུས་ནས་སེར་ཁའི་རི་ལྦེབས་ཤིག་ལ་མཁར་ཆེན་པོ་ཞིག་བཞེངས་ནས། འདིའི་ཁྲིམས་རྭའི་དབུས་སུ་ཤིང་རྟ་འཁོར་ལོ་དེ་བཞག་གནང་བ་རེད། ཐོག་རྩེགས་བཅོ་བརྒྱད་ཡོད་པའི་མཁར་དེ་བཞིན་འཛམ་གླིང་ནང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་མཁར་བཟོ་ཉམས་ཆེ་ཤོས་ཆགས་པ་དང་། ཁོང་གི་གཙེན་པོ་ཚོས་ཞལ་བཞེས་གནང་བ་ལྟར། ཤིང་བཟོ་དང་། བཟོ་པ། རྫ་མཁན་སོགས་མཁར་བཞེངས་རྒྱུར་ལག་རྩལ་ཁྱད་དུ་འཕགས་པའི་མི་སྣ་ཡོངས་རྫོགས་གླ་གཡར་ཞུས་ནས་རྒྱུ་ནོར་ལོངས་སྤྱོད་མང་པོ་བཏང་གནང་བ་དང་། པི་པི་ཡས་མཁར་སྲུང་སྐྱོབས་བྱ་ཆེད་དམག་མི་བདམས་ནས་ཁོང་ཚོར་སྤྲོད་བརྟར་ཡང་གནང་། དེ་ནས་ཁོང་གིས་མི་ཡུལ་དུ་ཡོད་པའི་སྐྱེས་པོ་གཞན་པ་དང་ཞལ་ལག་བཞེས་འགོ་ཚུགས་ནས་ས་ཐོག་ཏུ་གཏན་དུ་གནང་དགོས་བྱུང་།

ཁོང་ལ་གཙེན་པོ་ཚོས་བསྐུར་གནང་བའི་ནོར་བུའི་རིགས་རྣམས་མང་ཐག་ཆོད་ནས་མཁར་གྱི་སྣེ་ཝ་ཁུང་དང་སྒོ་ཡོངས་ནས་ཐོན་ཡོང་འགོ་ཚུགས་དུས། པི་པི་ཡས་དམག་མི་རྣམས་བསྐྱོངས་ནས་ཁོང་གི་རྒྱལ་ཁང་དུ་ཞབས་ཞུ་གྲུབ་མཁན་གྱི་མ་བྱན་དང་། གད་པ། འཆམ་བཟོ་བ་སོགས་ཚང་མས་བགོ་ཤ་རྒྱག་པ་མ་ཟད། བི་ཡན་ཡུལ་གཞོངས་ཀྱི་ཞིང་པ་དང་ལུག་རྫི་ཚོར་ཡང་བགོ་འགྲེམས་གནང་བ་རེད།

ཁོང་གིས་ད་དུང་ཡུལ་གྲུ་དེ་དག་དང་བོད་དབར་ཚོང་འབྲེལ་ཤུགས་ཆེན་སྨུར་དུ་གཏོང་ཆེད་ལམ་ཆེན་དང་། ཟམ་པ། སྤྱོད་ཁང་། མགྲོན་ཁང་སོགས་ཡར་རྒྱས་བཏང་གནང་བ་མ་ཟད། ལུང་པའི་གཞོན་སྐྱེས་ཚོར་རི་རྩེར་ཡོད་པའི་སྨན་རྩ་རྣམས་ངོས་འཛིན་གྱིས་སྨན་སྦྱོར་བྱ་རྒྱུའི་སློབ་སྦྱོང་གནང་ནས་དེ་དག་མི་རྗེ་ལྷ་བུ་ཡོང་རྒྱུར་སྐུལ་མ་ཡང་

གནང་། འོན་ཀྱང་། པེ་པེ་ཡར་མི་ཡུལ་ཐོག་ཏུ་མི་དཀྲུས་མ་དང་མི་འདྲ་བར་དུས་ཚོད་འགྲོ་ཡི་མེད་པ་རེད། ཁོང་གིས་སྲུས་མོ་གཅེན་གཅུང་ལྔ་ཡོད་པ་དག་གི་དྲུང་དུ་ཡང་ཡང་ཕེབས་ནས་ཁོང་རྣམས་བགྲེས་ཏེ་སྐྱུ་མ་གྲོངས་བར་ཕེབས་ཡོད་པ་རེད་ལ།

ཁོང་རང་གི་ཤིང་རྟ་འཁོར་ལོ་དེ་ཡང་རྩ་བརྒྱབ་ནས་བེད་མེད་དུ་གྱུར། ཁོང་གི་མཁར་ཆེན་དེར་ཕྱུག་ལས་གནང་བར་ཕེབས་མཁན་མི་ཚོའི་མི་རྣམས་རིམ་པས་བརྗེས། པེ་པེ་ཡས་འཁོར་བ་དེར་ཧང་སང་བ་དང་ཡིད་སྐྱོན་སྐྱེས་ཏེ་གོ་ཕངས་ཐོབ་རྒྱུའི་རེ་བ་གསར་པ་ཞིག་སྐྱེས། ཉིན་ཞིག་ཁོང་གི་ཞལ་ཏ་མ་ཞིག་གིས་རྒྱུན་འབྲུམ་ཕྱུལ་སྐབས། ཞལ་ཏ་མ་དེ་ཉིན་ལྟར་རྒྱུན་འབྲུམ་ཕྱུལ་བཞིན་རྒས་ཤིང་ཡོད་པ་གཟིགས་དུས། ཁོང་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་གཅེན་པོ་རྣམས་ལྷ་ཡུལ་ནས་ཕེབས་ཏེ་ཁོང་ལྷ་ཡུལ་ལ་ཁོང་རྣམ་པའི་ལྷན་དུ་ཁྲིད་ཐུབ་པ་བྱུང་ན་སྙམ་པའི་དགོངས་པ་སྐྱེས་པ་རེད་ལ། ནོར་བུའི་རིགས་ཆས་ག་ཚོད་ཡོད་ཀྱང་དེ་དག་གིས་ང་མི་ཡུལ་ལ་བཅིངས་ནས་བཞག་བཞིན་འདུག་ཅེས་གསུངས།

ཞལ་ཏ་མ་དེ་ནི་པེ་པེ་ཡར་རྒྱུན་འབྲུམ་ཕྱུལ་ནས་སོ་སོའི་མིག་སྐྱོ་བོ་དང་ལག་པར་བྲུམ་བུའི་ན་ཚ་སླེབས་ཀྱང་སྡུག་སྐད་རྒྱུག་ས་མེད་པར་ཁོང་གི་སྡུག་སྐད་དེ་དག་ཉན་ནས་དཀའ་ངལ་ཁག་དགོས་བྱུང་། ཁྱེད་རང་དེ་འདྲའི་ཕྱུག་པོ་དང་ལང་ཚོ་ལྡན་ཡང་སྐྱུ་ལས་ཡོད་ན། སོ་སོའི་མེས་པོ་དམ་པ་ཆོས་ལོ་ལྟར་མཆོད་འབུལ་གྱི་ཚུལ་དུ་དམར་མཆོད་ཕུལ་རྒྱུའི་ཆབ་ཏུ་གོ་ཐལ་གྱི་ཕུབ་ཞིག་ཕུལ་ན་གང་འདྲ་ཡོད་འགྲོ་ཅེས་བཀའ་དྲི་ཞུས། སྤྱི་ཚོགས་དང་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་རྣམས་མི་ཚོས་ཁ་གསལ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་། དེ་དག་སྲུང་བརྩེ་ཞུ་རྒྱུར་སྒྲིག་ལམ་གང་ཡོད་མེད་ཁ་གསལ་མེད།

ཡིན་ན་ཡང་། སྐབས་རེ་ཚད་དང་ལྡན་པའི་སྲུང་བརྩེ་ཞུས་མ་ཐུབ་ན་དེས་རྐྱེན་པས་གནོད་པ་འདྲ་ཐོགས་སྲིད་པ་ཞིག་རེད། སྐབས་རེ་ལྷ་ཆོས་ཀྱང་མཁྱེན་བཞིན་དུ་སྤྱི་ཚོགས་ལ་འགྱུར་བ་རེ་ཡོང་ཆེད་སྒྲིག་གཞི་དེ་དག་ལས་བརྒལ་མཁན་ཡང་ཡོད་རེད་ཅེས་ཞུས་པ་རེད། པེ་པེ་ཡས་ཁོང་གི་རྒྱལ་ཁང་གི་བློན་པོ་དང་མཁས་པ་རྣམས་བཀའ་འཁུག་གནང་སྟེ། ད་ལན་ངས་རྒྱལ་ཁང་དེར་ཡོད་པའི་རྒྱུ་ནོར་ཡོངས་རྫོགས་རྩ་མེད་བཟོ་རྒྱུ་ཡིན་ལ། དེའི་ཆེད་དུ་ངའི་མེས་པོ་ཚོར་འདི་ལོ་དམར་མཆོད་ཕུལ་སྐབས་རེ་ཡི་ཆབ་ལ་ཁྲི་ཞིག་དང་། གོ་ཐལ་གྱི་ཕབ་ཅིག་ཕུལ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་གསལ་བསྒྲགས་གནང་སྐབས། བློན་པོ་དག་སོ་སོའི་གོ་གནས་དང་བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་ཚོར་བ་ཐྲགས་པའི་དངངས་སྐྲག་དང་། དེ་འདྲ་རྩ་བ་ནས་གནང་ཐབས་མེད་སྐོར་ཞུས་ཀྱང་། ཁོང་གིས་མ་གསན་པར་དེ་འདྲ་གནང་རྗེས། མེས་པོ་རྣམས་ལ་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་དམའ་འབེབས་ཚོར་ཏེ། དེ་

འདྲའི་སྤྱི་ཚོགས་ཁྲོད་དུ་སུ་ལའང་དཔལ་འབྱོར་དང་བདེ་སྐྱིད་ལྡན་པའི་མི་ཚེ་ཞིག་ཐོབ་ཐང་མི་འདུག་སྙམ་ནས་རིམ་པས་པེ་པེ་ཡའི་རྒྱུ་ནོར་ལོངས་སྤྱོད་ཉམས་འགོ་ཚུགས།

མཐའ་ན་ཁོང་གི་གསེར་དངུལ་ལས་གྲུབ་པའི་ཤིང་རྟ་འཁོར་ལོ་རྙིང་པ་དེ་ཡང་རྐུ་མ་ཤོར་ཏེ། ཉིན་ཞིག་མཁར་ཆེན་དེ་གྲུངས་རོ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་ནས། ཁོང་མི་དཀྱུས་མ་ཚོས་གཡུགས་པའི་ཟས་ལྷག་རྣམས་མཆོད་དགོས་བྱུང་། པེ་པེ་ཡར་ཞལ་ལག་བཞེས་པའི་ཤིང་ཐོར་གཅིག་ལས་མེད་པ་ཆགས་པ་མ་ཟད། ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་སྐུ་ཆེ་དེ་ཇོགས་ནས། ཉིན་ཞིག་བཞེས་འབྲས་བཞེས་སྐབས་ཁོང་གི་ཆེམས་ཤིག་བྱུང་། དེར་གཟིགས་ནས་སྨྲོན་པ་བཞིན་བཞད་མོ་གསུང་སྐད་ཆེན་པོའི་ངང་ཤོར་ཏེ། གཙེན་པོ་ཚོས། ཁྱེད་རྣམ་པས་ང་བསྙེས་པ་འདྲ། རེད་པས། ཞེས་ལྷ་ཡུལ་ལ་གཟིགས་ཤིང་གསུང་སྐད་བཀྱོན།

ཀློ་བུར་དུ་གཙེན་པོ་རྣམས་གསེར་དངུལ་ལས་གྲུབ་པའི་ཤིང་རྟ་འཁོར་ལོར་ཆིབས་ནས་ཕེབས་ཏེ།

ཁོང་ལྷ་ཡུལ་དུ་འཕེན་གནང་བ་རེད། དུས་དེར་ཁོང་གིས་མི་ཡུལ་དུ་འབྲས་རྐང་གཅིག་བཞེས་པའི་ཉེས་པ་ཇོགས་ཏེ་ཉིན་དེ་ནས་མི་སུས་ཀྱང་ཁོང་གི་གསུངས་ཐོས་མཚམས་བཞག་པ་རེད།

ཁོང་གིས་མཁར་ཆེན་དེ་མངའ་ཐང་རྒྱས་པའི་དུས་སུ། ཧུང་མི་རིགས་ཀྱི་ཚོང་པ་དང་ཞིང་པ་ལྔ་བརྒྱ་འཁོར་ཞིག་མཁར་ཆེན་གྱི་ནུབ་ངོས་སུ་གནས་བཞིན་ཡོད་ལ། ཤར་ཕྱོགས་སུ་མཁར་ཆེན་དང་དམག་མི་རྣམས་ལ་ཞབས་འདེགས་ཞུ་མཁན་གྱི་མགར་བ་སུམ་བརྒྱ་གནས་བཞིན་ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་། པེ་པེ་ཡས་ཁོང་གི་མེས་པོ་ཚོར་གོ་ཐལ་གྱི་ཕུབ་དང་ར་ཡི་ཆབ་ཏུ་ཁྱིའི་དམར་མཆོད་འབུལ་སྐབས། ཁོང་ཚོས་ལུང་པ་དེར་རྒྱུ་ནོར་མཐོང་རྒྱུ་མེད་པ་འགྱུར་རྒྱུའི་ངན་རྟགས་མཐོང་ནས་ཡུལ་གཞན་དུ་གནས་སྤོ་བྱས། སེར་ཁ་ཁུལ་དུ་ད་ལྟའང་ཡུལ་བསྐོར་ལ་ཕེབས་མཁན་ཚོར་རི་དེའི་སྟེང་གྲུང་རོ་དག་མཇལ་རྒྱུ་ཡོད་ལ། དེ་ནི་སྐབས་དེར་ལྷ་སྲས་དེས་སྒྲིག་གཞི་འགལ་བའི་ནག་ཉེས་ཀྱི་དྲན་སྐུལ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཀྱང་ཆགས་ཡོད།

# Mortal Gods

Many cultures and religions imagine a time very long ago when gods and demons lived among the people. In such an age, a god in the Himalayas had five young and strong sons. The youngest was called Pipihya, and his name meant 'one who has four older brothers'.

The five brothers loved each other and went everywhere together. They chased blue sheep over the Himalayas into the meadows of Tibet. They bathed in the glacial waters of the Ganga and in the hot-water springs of Kermi, in Humla. Each of them had a flying chariot, so they traveled widely. On the islands in the Langar Tsho they watched birds build nests in the spring. In the Limi Valley they watched snow leopards. Disguised as shepherds they traveled down to the Byans Valley to dance in the mustard fields.

One day, when they were making crowns of marigolds and poppies in the Valley of Flowers in Garhwal, they heard an enchanting song.

'Brothers,' Pipihya said to his elders, 'we may be gods, but I will die if I don't see who sings this song!'

'Pipihya,' his brothers warned, 'some kinds of desires are only for humans who live and die. For us, youth is eternal, and so will longing be if we are made unhappy.'

But Pipihya insisted upon finding the singers. His eldest brother said, 'Alright, Pipihya. But we must all promise never

to eat anything the humans offer us. If even a grain of rice goes into our mouths, we will be trapped on earth forever.'

After a short search on their flying chariots they found the singers in the Byans Valley, where the Rung people still live. The five daughters of Lord Runglin were the most beautiful in the world. Pipihya and his brothers introduced themselves and immediately befriended them.

Lord Runglin had built a pleasure palace for his daughters. From there, the sisters could see the Saipal Mountain to the north-east, and the Mahakali flowed in the valley beneath it. There, the gods and the young women played chess on beds covered in red velvet and danced barefoot on soft grass and spent the entire night laughing and talking. The gods played flutes and drums while the young women danced. When the sisters asked, the gods happily danced for the young women. Pipihya and his brothers always made excuses to avoid eating any food that was offered to them. And they left the pleasure palace before sunrise.

After a few days of blissful friendship, the sisters noticed that all the food they laid out for their guests was left untouched. 'From their stature and beauty it is clear that the brothers are gods. Maybe they think our food is impure,' the sisters said. They decided to peel with their own hands every grain of rice, and to make rice pudding themselves. They wondered – 'What kind of a friend would refuse to eat something made with so much affection?'

The sisters spent the entire day peeling rice grains. They sang to chase away the boredom of the work. But they were also happy because they knew the pudding would make the gods smile. After boiling the pure rice in pure milk with the finest spices from Kerala and Kashmir, the sisters prepared five big bowls of *kheer*, milk-and-rice pudding.

The gods arrived in the evening. The sisters asked them to sit on rugs made of the finest wools, fanned them with yak-tails, and put bowls of pudding before them.

With a wink and a nod, the oldest of the brothers signaled to the others to pretend to eat the pudding but never let a single grain of rice into their mouths. This was a strict rule that separated the pure gods from the impure humans. To break this rule was to defy Creation itself. His brothers understood the signal, so they laughed and praised the pudding. 'Oh, the cardamom smells beautiful!' one said. 'Surely the fragrance of saffron is more enticing!' another added.

The gods pretended to take the pudding to their lips, but cleverly threw it over their shoulders. But as he was loudly laughing and praising the pudding, a grain of rice went into Pipihya's mouth.

As the night passed, the gods and the sisters whispered secrets to each other and danced with arms around each other's waists. They tested who could resist the tickle of a peacock feather the longest. They played games of the mind and of the body, until the goddess of dawn painted the eastern skies red. The gods promised to return in the evening, gently peeled away from the embrace of the sisters, and mounted their chariots.

Five chariots of gold and silver flew up from the pleasure palace as the five sisters waved silk-tasseled shawls in goodbye. But Pipihya's chariot soon began descending slowly, as if an invisible burden pulled him back to earth. His brothers saw that and worried. When the chariot finally settled at Sirkha, they spoke to him from beyond the clouds.

'Pipihya! You have eaten human food, and now you must endure your punishment. Settle here, and live like a king. We will send you everything you need.'

Pipihya agreed with his brothers and built himself a great fort on the Sirkha hillside with the chariot in the middle of the courtyard where he had fallen. The eighteen-story fort was the most magnificent building in the whole world. His brothers sent him the wealth needed to hire masons and carpenters, weavers and potters, and every kind of worker needed for a large fort. Pipihya also hired and trained an army. He began eating mortal food. After all, he was stuck on earth. Why shouldn't he enjoy his time here?

But he had so much wealth that it spilt out of the windows and roofs of the fort. Pipihya used his army to distribute his wealth among the poor farmers and shepherds of the Byans Valley, and to his cooks and cleaners and cowherds and tailors. He built roads, bridges and rest-houses to make trade with Tibet easier and faster. He trained young men and women to recognize, process and store the herbs in the mountains so that they could heal the sick and also earn a living.

Time passed at a different pace for Pipihya than it did for the humans around him. He visited the five sisters as they grew older and finally died. The chariot in his courtyard rusted and broke. Generations of servants joined his service with energy and enthusiasm, then grew thick around the waist, then stooped and squinted, and finally died. This journey from birth to death stopped amusing Pipihya and he, too, began desiring liberation.

'If only my brothers would come from heaven and take me away! I am tired of all this wealth and prosperity because it keeps me here,' he moaned one day as a maid peeled grapes for him. This maid had grown old peeling grapes for Pipihya and was tired of hearing him complain. After all, she didn't get to complain about how peeling grapes strained her eyes or gave her arthritis in her fingers.

'If you are so tired of being rich and beautiful, why don't you offer your ancestors a shield made of ashes instead of flour and a dog instead of a goat for the yearly feast?' the old woman said.

Some rules of society and religion are very clearly established and most people know them. Some rules are not clearly known by everybody, but they still bring punishment if broken. Some rules are broken unknowingly. But sometimes even gods knowingly break society's rules to invite change. Pipihya called the people he trusted and said, 'I am going to destroy my fortune.'

'No! That would be bad for us,' said his ministers and commanders, fearing the loss of wealth and power. But Pipihya made a shield of ashes instead of flour and chose a dog instead of a goat to offer to his ancestors. This was terribly insulting. That misfortune soon befell Pipihya should surprise nobody. His wealth decreased. Thieves stole what was left of his chariot of gold, silver and rust. Finally, a day came when his fort lay in ruins, and he had to eat scraps thrown to him by strangers.

Pipihya only had a wooden bowl to eat out of. All splendor and beauty disappeared. When a tooth fell off while he was chewing rice, he laughed like a mad man and rolled in the dirt.

'Brothers! Have you forsaken me?' he said to the heavens.

His brothers appeared on their magnificent chariots of gold and silver and picked him up from the dirt and pulled him into the skies. Pipihya had finally been forgiven for eating one grain of rice. Nobody has heard from him since that day.

When the fort was great and prosperous, five hundred Rung families of traders and farmers had settled to the west of the fort. To the east lived three hundred families

of blacksmiths who served the fort and its armies. But after Pipihya offered a shield of ashes along with a dog to the ancestors, the people knew that the land would never see wealth again. They left, never to return.

Tourists who visit Sirkha today can see the ruins on the hill. These ruins are a reminder of what happened when a god broke a simple rule.

# སྐྱེས་མའི་གདུང་བ།

འཛམ་གླིང་འདིའི་ནང་རང་རང་སོ་སོའི་ཆོས་ལུགས་དང་འདོད་ཚུལ་འདྲ་མིན་འོག ལྷ་ཁང་དང་། རི། མཚོ་སོགས་ལ་གུས་བཀུར་ཞུ་བའི་ལུགས་སྲོལ་ཡོད།

བོད་པ་ཚོར་ཆ་མཚོན་ན་དགོན་པ་དང་མཆོད་རྟེན། མཚོ་བསྐོར། རི་སྐོར་སོགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ་ང་ཚོས་དེ་ལ་བསྐོར་བ་རྒྱག་ཟེར་གྱི་ཡོད། གངས་རིན་པོ་ཆེ་ནི་ང་ཚོའི་ཕ་ཡུལ་བོད་ཀྱི་སྟོད་མངའ་རིས་ཁུལ་དུ་ཡོད། དེ་ནི་ཆོས་ལུགས་འདྲ་མིན་གྱི་དད་ལྡན་པ་མང་པོས་དུས་ཡུན་རིང་པོའི་ནང་དད་གུས་དང་གནས་ཆ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་བརྩི་གི་ཡོད། རི་བོ་དེར་གནས་བསྐོར་དང་རི་བསྐོར་རྒྱག་མཁན་མང་པོ་ཡོང་གི་ཡོད།

གངས་རིན་པོ་ཆེར་མིང་གཞན་དུ་རི་བོ་ཀེ་ལ་ཤ་དང་མི་རུ་ཞེས་ཀྱང་འབོད། རི་བོ་དེར་ཧིན་དྷུ་བ་དང་ནང་པ། གཅེར་བུ་བ། སིག་ཆོས་ལུགས་པ་དང་བོན་པོ་སོགས་ཆོས་ལུགས་འདྲ་མིན་གྱི་གནས་རི་རེད། བོན་པོ་ཚོས་རི་བསྐོར་དེ་གཡོན་བསྐོར་རྒྱག་གི་ཡོད་ཀྱང་གཞན་མང་ཆེ་བས་བསྐོར་བ་ནང་བསྐོར་རྒྱག་གི་ཡོད། ནང་པ་ཚོས་གངས་རིན་པོ་ཆེར་བསྐོར་བ་བཅུ་གསུམ་བརྒྱབ་ན་ཚོགས་བསགས་དགེ་སྒྲུབ་ཡག་ཤོས་ཡོང་གི་ཡོད་པར་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཁྱེད་ཚོས་བསྐོར་ཚད་བཅུ་གསུམ་བྱུང་ཚུལ་ག་དུས་འགོ་ཚུགས་མིན་ཤེས་སམ།

སྟོད་མངའ་རིས་ནས་ཤར་ཕྱོགས་ཐག་རིང་བའི་ཁམས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་ཆོས་དད་ཅན་གྱི་ཨ་མ་ཞིག་ལ་བུ་ཞིག་བཙས། མི་ཚང་མས་གངས་རིན་པོ་ཆེར་བསྐོར་བ་བརྒྱབ་ཐུབ་ན་ཚོགས་བསགས་དགེ་སྒྲུབ་ཀྱི་མཆོག་རེད་ཟེར་བ་བཞིན། ཨ་མ་དེས་ཚོགས་བསགས་དགེ་སྒྲུབ་བྱེད་འདོད་ཀྱི་བློས་མ་བཞག་པར་རང་གི་བུ་དེ་ཡང་མཉམ་དུ་འཁྲིད་ན་ང་གཉིས་མ་བུ་གཉིས་ཀར་དགེ་བ་ཡོང་བ་དང་དཀོན་མཆོག་གི་བྱིན་རླབས་འཇུག་གི་རེད་བསམས།

ཨ་མས་ནང་མི་དང་གྲོགས་པོ་སོགས་དང་ཁ་བྲེས་ནས་ཟླ་བ་མང་པོ་རང་གི་བུ་ཚུང་ཚུང་དང་མཉམ་དུ་གོམ་པ་བརྒྱབ་ནས་ཕྱིན། མ་བུ་གཉིས་ལ་གླུང་མང་པོ་བརྒལ་ནས་འགྲོ་སྐབས་རྐྱང་ཁྲུ་ཚོགས་ཡོད་པའི་རྩྭ་ཐང་དང་སྐམ་ཞིང་གྲང་ངར་ཆེ་བའི་བྱེ་ཐང་། ནམ་མཁར་ཁྲྭང་ཁྲྭང་སྐྱེ་ནག་གིས་ནམ་འཕང་གཙོད་པ་དང་། ཤྭ་བ་རྩ་རིང་པོའི་གསེབ་ན་རྒྱུགས་པ་སོགས་སྣ་ཚོགས་མཐོང་།

སྐབས་རེ་ལམ་བར་དུ་གནས་བསྐོར་བ་རང་རང་གི་ཆོས་ལུགས་དང་མཐུན་པའི་གཟུངས་སྔགས་བགྲང་བ་སོགས་བྱེད་བཞིན་གཞན་ལ་གུས་ལུགས་ཚུལ་དུ་འཛུམ་མདངས་སྟོན་པ་ཐུག ཡང་སྐབས་རེ་མི་མེད་ལུང་སྟོང་གི་ཐང་ན་རི་ཁྲི་འཁྲུམ་ཉུལ་བྱེད་མཁན་མ་གཏོགས་གང་ཡང་མཐོང་རྒྱུ་མེད།

མཐར་ཟླ་བ་མང་པོའི་རྗེས་ལ་མ་བུ་གཉིས་གངས་རིན་པོ་ཆེར་འབྱོར། ཨ་མས་རང་གི་བུ་ཚུང་དེ་སྐལ་པར་རས་ཀྱིས་བསྒྲིལ་ནས་དམ་པོར་བདམས་ཏེ་བསྐོར་བ་འགོ་ཚུགས།

ཁོང་མོ་རི་འཛིགས་ནས་བསྐོར་བར་འགྲོ་སྐབས་བཀྲེས་སྐོམ་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡང་རང་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་གསལ་ལྟར་སྒྲོལ་མ་ལ་དེ་ནི་བསྐོར་ལམ་གྱི་ས་མཐོ་ཤོས་ཡིན་ཙང་། དེ་བརྒལ་ཚར་ན་ས་ཆ་དམའ་སར་དབུགས་གཏོང་བདེ་བ་དང་དཀའ་ཚེགས་ཉུང་བ་ཡོད། ཁོང་མོས་མ་ཧེ་བགྲངགིན་བགྲང་གིན་རང་གི་བུ་ཚུང་ལ་དམ་པོར་འཐམ་བཞིན་སྒྲོལ་མ་ལ་དེ་འཛིགས་ནས་དྲིན་གསོ་བའི་སྨོན་ལམ་བཏབ།

ཁོང་མོ་ཁ་སྐོམ་ཐག་ཆོད་ནས་ཆུ་ཞིག་བཙལ་ཡང་འཐུང་རྒྱུའི་ཆུ་ཞིག་མ་རྙེད། ཁོང་མོའི་ཉེ་འཁོར་དུ་ཡོད་པའི་གངས་རྣམས་འདམ་རྙོགས་དང་འདྲེས་པ་རྐྱང་རྐྱང་རེད། ཁོང་མོས་བསྐོར་ལམ་གྱི་འོག་ཏུ་གོམ་པ་ལྔ་བཅུའི་མཚམས་ན་མཚེ་འུ་འགག་ཤས་མཐོང་། མཚེ་འུ་དེ་ཚོ་ལྷ་མོའི་ཆུ་རྫིང་ཡིན་པ་ཨ་མས་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། ལྷ་མོས་མི་བཟང་ལ་བྱམས་སྐྱོང་དང་མི་ངན་ལ་ཆར་གཙོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

ཧིན་དྷུ་བས་ཆུ་རྫིང་དེ་ལྷ་མོ་ལྕོ་རིའི་སྐུ་འཁྲུས་གནང་སར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ལྷ་མོ་ལྕོ་རི་ནི་ལྷ་ཆེན་དབང་ཕྱུག་གི་ཚུང་མ་ཡིན། ཁ་སྐོམ་པའི་གནས་བསྐོར་བ་ཚོས་ལྷ་གནས་སའི་ཆུ་རྫིང་དེར་དོ་ཐོག་བྱས་ན་ལྷ་མོ་དགོངས་པ་འཚོམས་ཀྱི་ཡོད་པ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། ཡིན་ནའང་ཨ་མ་ཁ་སྐོམ་ཐག་ཆོད་ནས་བཟོད་མ་ཐུབ་པར་ཆུ་རྫིང་ཡོད་སར་བབས་ནས་སྒྲུར་སྒྲུར་བྱས་ནས་ཆུ་འཐུང་གྲབས་བྱས། ཨ་མ་སྐོམ་པས་བཟི་ནས་ཧོལ་རྒྱུགས་འོག་སྒྲུར་སྒྲུར་བྱེད་དུས་སྐལ་པར་འཁྱུར་བའི་བུ་ཚུང་རས་ཀྱིས་བསྒྲིལ་བ་དེ་འཁྲུག་ཆུ་དྭང་མོ་དེའི་ནང་ལྷུངས།

བྱམས་མ་སོང་། བྱམས་མ་སོང་། བྱམས་མ་སོང་། ཞེས་ཨ་མས་སྐད་ངན་ཤོར་གྱིན། རང་ནུས་ཡོད་ཚད་ཀྱིས་བུ་ཆུང་དེ་ཆུ་ལས་འདོན་ཐབས་བྱས་ཀྱང་འཁྱག་ཆུ་གྲང་དྲག་པའི་རྐྱེན་གྱིས་བུ་ཆུང་དེ་མ་ཉིད་དུ་ཤི། ཨ་མ་སེམས་ཀྱི་མ་བཟོད་པར་རང་གི་གདོང་པར་སྤར་བྲད་བརྒྱབ་པ་དང་རང་གི་བྲང་བརྡུངས་སྐྲ་འཐེན་པ་སོགས་སྨྱོ་བ་ལྟར་དུ་གིན་དཀོན་མཆོག་ལ་རང་གི་བུ་ཆུང་འདས་ལོག་ཡོང་བའི་ཞུ་འབོད་བྱས། ཡིན་ནའང་དཀོན་མཆོག་གིས་རང་གི་གཅེས་ཕྲུག་གསོན་མི་ཐུབ། རང་གི་གཅེས་ཕྲུག་ལ་དམ་པོར་འཐམས་ཏེ་རང་གི་སྙིང་ཁར་འབྱར་ཡང་རང་ཉིད་ཀྱི་སྙིང་གི་དབུགས་ཤུགས་ལས་བུ་ཆུང་གི་སྙིང་དེ་བསྐྱར་དུ་དབུགས་མི་ཐུབ། ཁོང་མོའི་མིག་ཆུ་ཚ་པོ་དེས་བུ་ཆུང་གི་ལུས་ཀྱི་དྲོད་བསྐྱར་དུ་གསོ་མ་ཐུབ།

ཁོང་མོ་གནས་མཆོག་གངས་རིན་པོ་ཆེ་བར་དུ་ཚོགས་བསགས་དགེ་སྦྱབ་ཞིག་བྱེད་པར་ཡོང་ཡང་ཡུད་ཙམ་ཞིག་ལ་སྣང་མེད་ཤོར་ནས་སོ་སོའི་གཅེས་ཤོས་བྱེད་ས་དེའང་མེད་པར་གྱུར།

ཨ་མ་ཞིག་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་བུ་ཕྲུག་དེའི་ཚེ་སྲོག་ལ་བར་ཆད་བྱུང་བ་དེ་ལས་གནོད་འགྲོད་ཆེ་བ་སུ་ཞིག་ཡོད་དམ། ཨ་མ་དེས་མཚན་གང་སྐྱ་ངན་གྱིས་དུས་ནས་བསྡད། ཕྱི་ཉིན་ཞོགས་པར་ཨ་མའི་མིག་ལས་མིག་ཆུ་འདོན་རྒྱུ་མེད་ལ་དུས་དྲག་ནས་མེད་པར་སྐྱོན་བྱུང་ཡོད་ཀྱང་སེམས་སྡུག་ཏོག་ཙམ་ཆུང་དུ་ཕྱིན།

ད་ཆ་སྡིག་འགྲིབ་དག་ཆེད་དུ་བསྐོར་བ་ངེས་པར་དུ་སྒྲུ་མ་ཐུབ་ནས་རྒྱུག་དགོས་པ་ཤེས་ནས། ཀྱེ་མ་གངས་རིན་པོ་ཆེ། ཁྱེད་ཀྱིས་ངའི་སྡིག་འགྲིབ་དག་པ་དང་ད་ལྟ་འདི་ལྟ་བུའི་བཟོད་དཀའ་བའི་གདུང་བ་སེལ་བའི་སྨོན་ལམ་འདེབས་བཞིན་ཡོད། ངའི་བྱམས་ཉེས་བཟོད་སེལ་ཡོད་པའི་རྟགས་མཚན་ཞིག་མ་བྱུང་བར་ཁྱེད་ལ་བསྐོར་བ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

གང་ལྟར་དགོངས་སེལ་གཙང་མ་ཞིག་མ་བྱུང་བའམ་ང་ཤི་ན་མ་གཏོགས་ང་གདུང་བ་འདི་ལས་ཐར་མི་ཐུབ། ཅེས་རི་བོར་ཞུས།

དེ་ན་ཁོང་མོ་རང་ཉིད་སེམས་ནད་མ་སེལ་བར་གྱི་བསྐོར་བ་བསགས་འགོ་བཙམས། ཁོང་མོ་གནས་བསྐོར་བའི་བསྐོར་ལམ་ཀི་ལོ་མི་ཏར་ ༥༢ དེར་བརྒྱུད་ཕྱག་འབུལ་བཞིན་ཁ་འདོན་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པ་དེ་ཚོ་བཞག་ནས་འགྲོ་བའི་སྐབས། རྣལ་འབྱོར་བ་དབུ་སྐྲ་རིང་པོ་བྲག་ཕུག་ནང་ལུས་སྒྲིང་བྱེད་མཁན་དག་ལས་འགྲོལ་བཞིན་ཕྱིན། ཁོང་མོས་མི་སུ་གང་ལའང་ལྟོ་དང་ཆུ་མ་སློང་བར་སྒྲོལ་མ་ལ་དེ་འཛིགས་ཐེངས་རེར་རེ་བའི་མིག་ཟུང་རང་གི་བུ་ཆུང་ཤི་སའི་རྫིང་བུའི་ཕྱོགས་ལ་བལྟས།

ཁོང་མོས་བསྐོར་བ་བདུན་དང་། བཅུ། བཅུ་གཉིས་བསྐོར་ཟིན་ཡང་རང་གི་གདུང་

བ་དང་འགྲོད་པ་ད་དུང་ལྷག་ཡོད་ཙང་། སུ་མཐུད་གནས་རི་རྒྱ་ཆེན་དེར་བསྐོར་བ་སྐོར། བསྐོར་བ་བཅུ་གསུམ་པ་དེའི་སྐབས་ཁོང་མོ་དཀའ་ལས་ཁག་ཐག་ཆོད་ནས་མདུན་དུ་གོམ་པ་གང་ཡང་སྤོ་མ་ཐུབ་པར་མིག་གདང་ནས་བྲག་ཞིག་གི་སྟེང་དུ་ཧོག་ཙམ་ཞིག་ཉལ།

ཁོང་མོ་ཡར་ལང་དུས་རང་གི་ལུས་རྗེས་དང་ལག་རྗེས། རྐང་རྗེས་བཅས་རང་ཉིད་ཉལ་སའི་བྲག་དེའི་སྟེང་དུ་བཞག་ཡོད། ཁོང་མོས་གངས་རིན་པོ་ཆེས་བཟོད་སེལ་གནང་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་གནོང་འགྲོད་དང་གདུང་བ་བཞེས་པ་ཤེས། རྒྱུ་མཚན་ནི་རང་གི་ལུས་རྗེས་ཡོངས་རྫོགས་བྲག་གི་སྟེང་དུ་གསལ་བ་དེ་དཔང་པོར་མཐོང་། ཁོང་མོས་གངས་རིན་པོ་ཆེར་བཀྲིན་ཆེ་ཞུས་ནས་ས་ཐག་རིང་བའི་ཨ་མདོའི་གྲོང་གསེབ་དུ་ལོག་ནས་མི་ཚེ་གསར་པ་ཞིག་སྐྱེལ་འགོ་ཚུགས།

གངས་རིན་པོ་ཆེར་གནས་བསྐོར་འགྲོ་མཁན་ཚོས་ཨ་མ་སྒྲུ་གྱུ་ཤི་བ་དེའི་རྗེས་སུ་ད་དུང་མཇལ་རྒྱུ་ཡོད་ལ་ཁོང་མོས་རི་བོ་རྒྱ་ཆེན་དེར་བསྐོར་ཐེངས་བཅུ་གསུམ་བརྒྱབ་པ་རེད། བྲག་སྟེང་དུ་ཨ་མ་དེའི་ལུས་རྗེས་བཞག་པ་ནས་བཟུང་ནང་པ་ཚོས་གནས་བསྐོར་བས་རི་བོར་གཡས་སྐོར་ཐེངས་བཅུ་གསུམ་བརྒྱབ་ན་ཚོགས་རླབས་པོ་ཆེ་བསགས་ཐུབ་པར་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

# Mother's Grief

People all around the world walk around objects, temples, mountains or lakes that are sacred to them. It is an ancient way of showing respect to the Creator. In the Tibetan language, such a walk around a great stupa, statue, lake or mountain is called a *kora*.

Kang Rinpoche, the holy mountain in the Ngari region of the Tibet Autonomous Region, has been a sacred site for far longer than anybody remembers. Pilgrims of many faiths travel there to perform *koras* around the mountain, which is also known as Kailas or Meru. The mountain is respected in Hinduism, Buddhism, Jainism, Sikhism, Bönpo, and pilgrims from many other religious traditions visit. The Bön walk the *kora* in the anti-clockwise direction while others do it clockwise. Buddhists believe that performing 13 *koras* around Kang Rinpoche brings most merit. How did this come about?

In the Kham region of Tibet, far to the east of Ngari, lived a devout woman who gave birth to a son and was overcome with the desire to earn religious merit. 'Everybody says that the greatest merit comes from performing a *kora* around Kang Rinpoche. I will take my son with me, so that we will both gain merit and the kindness of the gods,' she thought.

After saying goodbye to her family and friends, she walked for many months with her young son. They had to

cross dry, cold deserts and vast grasslands where wild donkeys ran in herds. Flocks of black-necked cranes crossed the skies and deer darted through the knee-high grass of the marshes. On some days they met many pilgrims on the road, smiling and silently reciting their mantras. The Bön recited *Om Ma Tri Mu Ye Sa Le Du*; the Buddhists recited *Om Mani Padme Hum*; the ascetic Hindus from the south of the Himalayas recited *Om Namoh Shivaaya*. On some days the mother and baby boy met nobody but wild dogs scurrying across the plains.

After many months, the mother and son finally reached Kang Rinpoche. The mother tied her son securely to her back with a shawl and started her *kora*. As she climbed the mountain, she felt hunger and thirst; but she knew that the Drolma Pass was the highest place on the *kora*, and that it would be easier to breathe on the other side of the mountain.

She chanted *Om Mani Padme Hum* with each breath, hugged her son close to her body, and climbed. She finally climbed to Drolma Pass and offered her prayer of thanks. She felt very thirsty. But there was no water to drink, and the thin snow around her was covered in trampled mud. She saw a few small ponds about fifty meters below the path.

The mother knew that these were the bathing pools of a *dakini*, a goddess who can be very kind to good people and very angry towards bad people. The Hindus call these ponds the bathing pool of Gauri, who is the wife of the great god Shiva. In Tibet the *dakini* is known as Khadroma. The thirsty pilgrim knew that the *dakini* didn't like it when someone disturbed her home. But unable to bear her thirst anymore, the mother climbed down to a pool.

She was so thirsty that she hurriedly bent down to drink water. Her baby boy slipped off her back and fell into the ice-cold water of the pond.

'No, no, no, no, no!' she shouted. She tried desperately to pull him out, but the cold water instantly killed the baby.

The mother was heartbroken. She clawed at her own face and beat her chest. She threw dirt into her hair and cried and begged the gods to make her son live again. But the gods didn't bring the child back to life. She hugged her son close to her chest, but the beats of her heart didn't make his heart beat again. Hot drops of her tears fell on the baby's face, but it didn't bring warmth to his body.

She had walked all the way to Kang Rinpoche to earn merit. But one moment's carelessness had taken away everything that was dear to her. Who can imagine guilt greater than that of a mother who has caused the death of her own baby?

The mother mourned and cried throughout the night. In the morning, when her eyes had run dry of tears and her throat hurt from crying, she felt her grief decrease a little. She realized that she needed to continue her *kora* to pay for her sin. 'O, Kang Rinpoche! I pray to you to forgive my sin and lift this unbearable grief away from me. I shall walk around you until I see signs that I have been forgiven. Only complete forgiveness or death can set me free,' she said to the mountain.

She set out to perform as many *koras* as were needed to set her heart free. She walked past pilgrims who measured the entire length of the fifty-two kilometer path with their bodies, saying prayers all the while. She walked past long-haired ascetics praying and performing yoga in caves. She asked nobody for food or drink. Every time she climbed up to the Drolma Pass, she looked with longing at the pond where she had lost her child.

She finished seven, ten, twelve *koras*, but the grief and guilt stayed. Still, she walked around the sacred mountain.

On the thirteenth *kora*, she became very tired. Unable to take another step forward or keep her eyes open, she lay down on a rock to take a short nap.

When she awoke, she saw that her body, hands, and feet had left deep dents on the rock where she had slept. She understood that Kang Rinpoche had forgiven her and taken away the guilt and grief from her. The marks on the rock were proof of that. She thanked the mountain and made her long walk back to her village in Amdo where she started her life anew.

Pilgrims who go to Kang Rinpoche can still see the marks left behind by the mother who lost her child and performed thirteen *koras* around the sacred mountain. Ever since, Buddhists believe that performing thirteen *koras* will bring great merit to the pilgrim.

# བུ་སྤྱུན་ཚོའི་དམག་འཁྲུགས།

རྒྱ་གར་བྱང་ཕྱོགས་ཨུ་ཏར་ཁཎ་ཌ་མངའ་ཁུལ་གྱི་སྤྱང་ཁུ་ཞེས་པའི་གྲོང་གསེབ་ཅིག་ཏུ་ས་གནས་ཡུལ་མི་ཚོས་དད་གུས་ཧ་ཅང་ཆེན་པོ་བྱེད་སའི་ཤང་སེ་ཞེས་པའི་ཡུལ་ལྷའི་དགོན་པ་ཞིག་ཡོད། དེའི་ཉེ་འཁྲིས་སུ་ཙོ་དན་ཞེས་པའི་གྲོང་གསེབ་ཏུ་སྤྱུར་ན་གི་རི་ཞེས་པའི་ལྷ་མོའི་ལྷ་ཁང་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་པ་དང་། ལྷ་མོ་དེ་ནི་རྒྱ་གར་ལྷོ་ཕྱོགས་ཏ་ནག་པུར་ནས་ཕེབས་པ་ཞིག་རེད། ཤང་སེ་ནི་བེ་ཡན་ཡུལ་གཡོངས་སུ་གནས་པའི་རྡུང་མི་རིགས་ཚོས་མི་རབས་ནས་མི་རབས་བརྒྱུད་དེ་དད་གུས་ཞུ་སའི་ལྷ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། པུར་ན་གི་རི་ནི་ཧིན་དྷུའི་ཆོས་པ་ཚོས་བརྩི་བཀུར་ཞུ་སའི་ལྷ་མོ་གྲགས་ཅན་ཞིག་རེད་འདུག པུར་ན་གི་རི་མཆོག་ལྷོ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཚ་བ་ཆེ་བའི་ཐང་གཤོང་ཞིག་ནས་རི་རྒྱུད་ཀྱི་གྲོང་གསེབ་ཅིག་ཏུ་ཇི་ལྟར་ཕེབས་ཡོད་མེད་ཁྲིད་རྣམས་ལ་ཞུས་ན།

གནའ་སྔ་མོ་ཤང་སེ་ཞེས་པའི་ལྷ་དེར་དད་གུས་ཧ་ཅང་ཆེ་བའི་ལྷ་པ་ཞིག་ལྷ་དེའི་སྐུ་ཚབ་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཁོང་གི་གཙུང་དང་ལྷན་དུ་ཏ་ནག་པུར་ཞེས་པའི་ས་ཁུལ་དུ་ཕེབས་སྐབས། བལ་ཡུལ་དང་རྒྱ་གར་གྱི་མཐའ་མཚམས་སུ་ཡོད་པའི་ཡུལ་དེར་བཤལ་སྐྲུག་གི་ནད་ཡམས་ཁྱབ་པའི་སྐབས་ཤིག་ཁེལ་བ་དང་། དེ་དུས་བཤལ་སྐྲུག་གི་ནད་ཡམས་དེས་རྐྱེན་པས་ཧི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་ཀྱི་ཡུལ་ལུང་ཁག་ཅིག་ཏུ་མི་བརྒྱ་ཕྲག་སྟོང་ཕྲག་གི་ཚེ་སྲོག་ནད་ཡམས་ཀྱིས་འཕྲོག་ནས་གྲོང་སྟེ་སྟོངས་པའི་སྐབས་སུ་ཡིན་པ་རེད།

གཅིན་གཙུང་གཉིས་པོས་དེད་གཉིས་ཏ་ནག་པུར་དུ་བསྡད་ན་འཆི་རྒྱུ་ཉག་གཅིག་རེད་ཅེས་བརྗོད་ནས་ཐལ་མར་ཙོ་དན་དུ་ཕྱིར་ལོག་བྱ་རྒྱུའི་ཐག་གཅོད་བྱས། ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་ས་ཆ་དེ་ནས་ཕྱིར་ལོག་བྱེད་སྐབས། རང་རང་སོ་སོའི་གྲོང་གསེབ་ལ་ནད་ཡམས་དེ་མཉམ་དུ་ཁྲིད་སྲིད་པའི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ཡང་ཡིད་ལ་དྲན་ཞིང་སེམས་འཚབ་ཆེན་པོ་སྐྱེས་སྐབས། གཙུང་པོ་དེས་རང་ཉིད་ལ་ནད་ཡམས་ཀྱི་ནད་འབུ་འཕོག་ཟིན་པ་ཤེས། ཁོང་པས་གང་མགྱོགས་གྲོལ་ཐབས་བྱས་ཀྱང་། གཅིན་པོའི་རྗེས་མ་ཟིན་པར་

ལུས་བཞིན་ཡོད་པ་ཚོར་དུས། ལྷ་པ་དེས་སོ་སོའི་གཙུང་པོར་ནད་ཡམས་དེ་འཕོག་ཡོད་པ་ཤེས།

གཙུང་པོ་དེས། གཙེན་པོ། ཁྱེད་རང་མགྱོགས་པོ་དེ་འདྲ་མ་འགྲོ་དྲང་། ད་ལྟ་ང་གོམས་པ་རྒྱབ་ཐུབ་ཀྱི་མི་འདུག་པས་ཁྱེད་ཀྱིས་ཆུ་བསྐོལ་ཞིག་སྐྱེར་ཐུབ་ན། ངས་ནང་ལ་སླེབས་ཐུབ་པ་བྱ་ཡི་ཡིན་ཞེས་རེ་སྐུལ་བྱས་ཀྱང་། གཙེན་པོས། ཁྱེད་རང་འཆི་རྒྱུ་གཏན་འཁེལ་རེད། ང་ལ་ཁྱེད་ཀྱི་ལུས་ནས་ནད་ཡམས་དེ་འགོས་ན། ང་ཚོའི་གྲོང་གསེབ་ནང་གི་མི་རྣམས་ནད་ཡམས་དེ་ནས་མི་སུ་འདྲ་ཞིག་གིས་སྐྱོབ་ཐུབ་ཀྱི་རེད་དམ་ཅེས་བརྗོད་ཅིང་།

གཙུང་པོ་དེ་ལམ་ཟུར་དེར་གཡུགས་ནས་གང་མགྱོགས་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་རྒྱུག་ཕྱིན། ནད་འཕོག་པའི་གཙུང་པོ་དེས་གཙེན་པོའི་བྱ་སྤྱོད་དེ་ལ་བསམ་བློ་འཁོར། གཙེན་པོས་ང་ཤི་རྒྱུར་ལམ་ཟུར་དེར་གཡུགས་ནས་ཕྱིན་པ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་། ཁོང་ལ་ནད་ཡམས་དེ་མི་འགོས་བར་གྲོང་གསེབ་ཏུ་སླེབས་ཐུབ་པ་བྱུང་ན། མི་མང་པོའི་ཚེ་སྲོག་སྐྱོབ་ཐུབ་ཀྱི་རེད་བསམསམས་ཤིང་། གཙེན་པོའི་བྱ་སྤྱོད་དེ་བཟང་ངན་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་མིན་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་མ་རྟོགས་གོང་ནས་བཤད་ཁག་པོ་རེད་བསམསམས།

གཙེན་པོ་དེ་ཅ་དན་ཁུལ་དུ་སླེབས་མ་ཐག་ཏུ་ཁོང་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་གཙུང་པོར་བྱུང་བའི་གནས་ཚུལ་རྣམས་དྲང་པོའི་ངང་མི་རྣམས་ལ་བཤད་སྐབས། གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཡུལ་མི་ཚོས་འཕྲལ་མར་ཁོང་ཚོའི་གྲོང་ཚོར་ཕྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་མི་རྣམས་འགྲོ་འོང་བྱེད་རྒྱུར་བཀག་སྡོམ་བྱས་པ་མ་ཟད། ཆུ་སྐོལ་མ་གང་མང་གྲ་སྒྲིག་བྱས་པའི་རྗེས། གྲོང་གསེབ་དེའི་ནང་གི་མི་གཅིག་ལ་ཡང་ནད་ཡམས་མི་འགོས་པར་བདེ་ཐང་དང་གནས་ཐུབ་པ་བྱུང་། ཡིན་ན་ཡང་། ཁོང་ཚོ་ཚང་མའི་སེམས་ནང་གཙུང་པོ་དེ་ཉིན་ཞིག་གྲོང་གསེབ་དེ་ལ་ཕྱིར་ལོག་ཡོང་ཐུབ་པའི་རེ་བ་

བཅངས་ནས་ཉིན་ལྟར་དང་སྨྲུག་བྱས་ནས་བསྡད་དུས། ཉིན་མོ་ནས་བདུན་ཕྲག་དང་། བདུན་ཕྲག་ནས་ཟླ་བ་ཕྱིན་ཡང་གཙུང་པོ་དེ་ལོག་ཡོང་མཁན་མེད་ཅང་། ཡུལ་མི་ཚོས་བློ་ཕམ་ཆེན་པོའི་ངང་གཙུང་པོ་དེ་ཆེ་ལས་འདས་ཟིན་པར་ངོས་འཛིན་བྱས། རྒྱབ་ཚོས་རྣམས་གྲ་སྒྲིག་བྱ་འགོ་འཛུགས། ཡིན་ན་ཡང་། རྒྱབ་ཚོས་རྣམས་དངོས་སུ་འགོ་མ་ཚུགས་གོང་། ལྷ་པ་དེར་ཤན་སེ་བཞུགས་ནས་གཙུང་པོ་དེ་ཏ་ནག་ཕུར་དུ་གསོན་པོ་ཡིན་པ་དང་། འཆི་ལམ་དུ་ཕྱིན་མེད་པའི་སྐོར་སོགས་བརྗོད།

ཏ་ནག་ཕུར་དང་ཙོ་དན་གཉིས་ཀྱི་ལམ་བར་དུ་གཙེན་པོ་དེས་གཙུང་པོ་གཡུགས་ནས་བཞག་སྐབས། ཁོང་འཆི་ཁར་སླེབས་པའི་དུས་ཤིག་ལ། རྣལ་འབྱོར་བ་ཞིག་ཐེབས་

རྒྱུན་ལྡན་ཁོང་གིས་ལྷ་བླ་མ་རྣམས་ལ་བསྟོད་གླུ་ལེན་སྐབས་བེད་སྤྱོད་གནང་བཞིན་པའི་རོལ་ཆ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་བསྣམས་ཡོད། རོལ་ཆ་དེའི་གཞོགས་གཅིག་གསེར་དང་གཞོགས་གཅིག་ལྕགས་ཡིན། གཙུང་པོ་ནི་འཆི་གསོན་གྱི་གནས་སུ་ཡོད་པའི་གནས་སྟངས་དེ་གཟིགས་རྗེས། ཁོང་གིས་ནད་པ་དེའི་ཉེ་འཁྲིས་སུ་བཞུགས་ནས་རིམ་པས་རོལ་ཆའི་གསེར་དང་ལྕགས་ཀྱི་གཞོགས་དེ་གཙུང་པོ་ལ་བྲུག་བྲུག་གནང་བཞིན། ཁྱེད་རང་གིས་གཞོགས་དེ་གཉིས་ནང་ནས་གཞོགས་གཅིག་འདམ་དགོས་བྱུང་ན། གཞོགས་གང་ཞིག་གདམ་གྱི་ཡིན་ཞེས་བཀའ་འདྲི་གནང་སྐབས། ནད་པ་དེས་ང་ནི་བཤལ་སྐྱུག་གི་ནད་ཡམས་ཀྱིས་རྐྱེན་པས་གཟུགས་པོ་ཧ་ཅང་སྐྱོ་པོ་ཆགས་ཡོད། གལ་ཏེ་ངས་གསེར་གྱི་གཞོགས་དེ་བདམས་ན།

ང་ཇག་པས་འཕྲོག་བཅོམ་བྱེད་སྲིད་པ་རེད་ལ། ང་རང་གི་གྲོང་གསེབ་ཏུ་ཕྱིར་ལོག་བྱ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཤིག་བྱུང་ན་ཡང་། མི་རྣམས་ངའི་གསེར་ལ་བལྟས་ནས་འཕྲོག་བཅོམ་དང་གསོད་སྲིད་པ་ཞིག་རེད་སྙམ་ཞིང་། ང་ལ་ལྕགས་ཀྱི་ཕྱོགས་དེ་དགོས་ཅེས་རྣལ་འབྱོར་བ་དེར་ཞུས། རྣལ་འབྱོར་བས་ནད་པ་དེར་ལྕགས་ཕྱོགས་ཀྱི་རོལ་ཆ་དེ་སྤྲད་རྗེས་གློ་བུར་དུ་ཡལ་ནས་མཇལ་རྒྱུ་མེད་པ་འགྱུར་སྐབས། ནད་པ་དེས་ང་རྨི་ལམ་ནས་གཉིད་བསད་པ་ཡིན་ནམ་སྙམ་ནས་རང་གིས་རང་ལ་དྲི་བ་དྲིས། ཡིན་ན་ཡང་ཁོང་པའི་མདུན་དུ་ལྕགས་ཀྱི་རོལ་ཆ་དེ་ཡོད་པ་

མཐོང་དུས་རང་ཉིད་ལ་རྨི་ལམ་འཁོར་མི་འདུག་སྙམ། དེ་ནས་ཁོང་གཉིད་ལས་བསད་ཡོང་གིན་ཡོང་གིན་སློར་ཡང་གཉིད་དུ་ཤོར། དེ་ནས་རྨི་ལམ་དང་དོན་དངོས་མ་གང་ཞིག་ཡིན་མིན་དབྱེ་འབྱེད་དཀའ་བའི་གནས་སྐབས་ཤིག་ལ་གློ་བུར་དུ་བོད་ཆས་གྱོན་པའི་བུ་མོ་ཆུང་ཆུང་ཞིག་གིས་རང་ཉིད་ལ་ "ག་རེ་གནང་སོང་"ཞེས་སྐད་ཆ་དྲིས། འདྲིག་པའི་བུ་མོ་ཆུང་ཆུང་དེར་ལན་འདེབས་བྱ་ཐབས་བྱེད་དུས། ཁོ་པའི་གཟུགས་པོ་ཧ་ཅང་སྐྱོ་པོ་ཆགས་ནས་ཁ་ནས་སྐད་ཆ་ཚིག་གཅིག་ཀྱང་ཐོན་ཐབས་བྲལ་བས། བུ་མོ་དེས་ལམ་སེང་རྒྱུག་ཤར་གློད་ནས་ཕྱིན་ཏེ། ཁོ་མོའི་ཕ་མ་གཉིས་དེ་གར་ཁྲིད་ནས་ཡོང་། ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་ནད་པ་དེ་ཁོང་ཚོའི་སྡོད་ཁྱུར་བར་ཁྲེར་ནས་གཡོག་གཅེས་བྱས་ཏེ་ཁོང་དྲག་སྐྱིད་བྱུང་། རྗེས་སུ་གཙུང་པོ་དེའི་ལུས་སྟོབས་རྒྱས་ནས་ཙོ་དན་དུ་ཕྱིར་ལོག་ཐུབ་པའི་གནས་སྟངས་ལ་སླེབས་དུས། ལྷ་མོ་ཕུར་ན་གི་རི་ཁོང་ལྷ་མོའི་སྐུ་རྟེན་དུ་བདམས་ནས་ཙོ་དན་གྱི་ཕྱོགས་སུ་ལྷན་དུ་ཕེབས།

སྔོན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་བ་དེ་ལྷ་མོའི་སྤྲུལ་པ་ཡིན་ནམ་ཡང་ན་གཤིན་རྗེ་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་འཆི་གསོན་གཉིས་དབར་གདམ་ག་ཞིག་གནང་བ་ཡིན་ནམ། ཡང་ན་ཕུན་ན་གི་རིས་

བོད་པའི་བུ་མོ་ཆུང་ཆུང་དེ་དང་སྤྱོད་གྲུར་རྣམས་རྫུ་འཕྲུལ་སྟོན་ནས་སྐྱ་རྗེན་ཞིག་འདེམས་ཀྱི་ཡོད་ན། གཅིག་བྱས་ན། བུ་མོ་ཆུང་ཆུང་དེ་ལྷ་མོ་རང་ཉིད་ཡིན་སྲིད།

ལྷ་མོ་དང་སྐྱ་རྗེན་གཉིས་ཙོ་དན་ཁུལ་དུ་འབྱོར་དུས། ཁོང་གི་གཙེན་པོར་ལྷ་ཕེབས་མཁན་ཞིག་ཤར་

སེམས་གྲོང་གསེབ་དེར་ཐུག ཁོང་ནས་ལྷ་མོ་གསར་པ་དེར་ཐུགས་མ་བབས་པར། པུར་ན་གི་རི་རང་ཡུལ་དུ་ཕྱིར་ལོག་དགོས་པའི་དགོས་འདུན་སྟོན་གནང་བ་རེད། གཙེན་གཙུང་གཉིས་ལ་ལྷ་ཕེབས་ཏེ། པུར་ན་གི་རིས་ཤར་སེ་ལ་ང་ལྷ་མོ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་ཁྱེད་རང་གིས་ཐུབ་ཚོད་གཏོང་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད་དྲ་ཅེས་ཞུ་སྐབས། ལྷ་གཉིས་པན་ཚུལ་དབར་དབང་ཐང་སུ་ཆེ་བ་ཡོད་མེད་དེ་ད་ལན་མང་ཚོགས་ཁྲིད་དུ་ཐག་ཆོད་བྱ་རྒྱུ་གཏན་འབེབས་གནང་ནས། པན་ཚུན་འཁྲུག་རྩོད་དང་། རྫུ་འཕྲུལ། དེ་བཞིན་མཐུ་རྩལ་སོགས་སྟོན་རེས་གནང་དུས། པུར་ན་གི་རིས་རྡོ་ཞིག་བྲང་ཁོག་སྟེང་དུ་བཞག་ནས་སྟོབས་ཤུགས་ངོམས་དུས། ཤར་སེས་རྡོ་ཆེན་པོ་བཀུགས་ནས་སྟོབས་ཤུགས་མི་སྟོན་པར་འབྲས་སྤྲར་མ་གང་བསྣམས་ནས་ལྷའི་སྟོབས་ཤུགས་ཡོད་ཚད་ཀྱིས་དེ་ཕངས་ཏེ་པན་ཚུལ་གྱི་སྟོབས་ཤུགས་ངོམས་རེས་རྩེད། དམག་འཁྲུག་ཇེ་ཆེར་འགྲོ་དུས་ལྷ་དང་ལྷ་མོ་གཉིས་ནས་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་ནུས་པ་སྟོན་སྐབས། མཐའ་མ་དེར་ཤར་སེས་པུར་ན་གི་རིའི་དྲུང་ནས་ཕམ་པ་ཁས་ལེན་ཞུ་དགོས་བྱུང་བ་དང་། ལྷོ་ཕྱོགས་ཐང་གི་ལྷ་མོས་རི་རྒྱུད་ཀྱི་ལྷ་ལ་ཕམ་ཁ་བཏང་རྗེས་ཁོང་ཚོས་པུར་ན་གི་རིར་དགོན་པ་ཞིག་མ་བརྒྱབ་ཀ་མེད་བྱུང་། ཡིན་ན་ཡང་ཤར་སེས་དད་དུང་ལྷ་མཐུད་ནས་པུར་ན་གི་རིར་ཐུགས་མི་དགའ་བའི་རྣམ་པ་སྟོན་ནས་བཞུགས།

དེ་རྗེས་སླར་ཡང་རི་རྒྱུད་དེར་བཤལ་སྐྱུག་གི་ནད་ཡམས་འཕེལ་སྐབས། གྲོང་གསེབ་ནས་གྲོང་གསེབ་སྟོང་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་དང་། མི་རྣམས་འཇིགས་དངངས་ཀྱིས་སོ་སོའི་ཕ་མེས་ཀྱི་ས་ཆ་བཞག་ནས་ཡུལ་གྲུར་དུ་འགྲོ་དགོས་བྱུང་སྐབས། མི་ཚོས་པུར་ན་གི་རིའི་སྐྱ་རྗེན་དེ་སྔོན་མ་ནད་ཡམས་དེ་ལས་ཐར་ཐུབ་པ་བྱུང་སྐབས།

ཁྱེད་རང་སྔོན་མ་ནད་ཡམས་དེ་ལས་ཐར་བཀྲོལ་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད་དུས། ཁྱེད་རང་གིས་ནད་དེར་ཕམ་ཁ་བཏང་ཐུབ་ཀྱི་རེད་ཅེས་ཞུས་ཤིང་ང་ཚོ་ཡང་སྐྱོབས་རོགས་ཞེས་རེ་སྐུལ་ཞུས།

ལྷ་པ་དེས་འཕྲལ་མར་ལྷ་མོ་པུར་ན་གི་རི་སྒྲོམ་ཞིང་ཁོང་ལ་གསོལ་འདེབས་ཞུ་སྐབས། སེམས་ཁྲལ་མ་བྱེད།

ངས་ལམ་སྟོན་པ་བཞིན་བྱེད་ཤིག་ཅེས་གསུངས་རྗེས། ཁོང་གིས་མེ་ཞིག་སྦར་ནས་དེའི་སྟེང་དུ་མར་དང་རྩམ་པ། 
ཉིལ་སོགས་ཀྱི་མཆོད་པ་འབུལ་སྐབས། མེ་དེའི་དྲི་ཞིམ་གྲོང་གསེབ་ཡོངས་ལ་ཁྱབ་ནས་གྲོང་བརྡལ་གྱི་ཡུལ་མི་ཡོངས་རྫོགས་ནད་ཡམས་དེ་ལས་སྐྱོབས་ཐུབ་པ་བྱུང་དུས། བུར་ན་གི་རིའི་མཚན་སྙན་གྲགས་དེ་རྗེ་ཆེར་སོང་བ་དང་། ཤང་སས་ལྷ་མོའི་ནུས་པ་དངོས་སུ་གཟིགས་སྐབས། ཁོང་གི་གཙུང་མོར་དོས་འཛིན་གནང་ཏེ། དུས་དེ་ནས་བཟུང་རི་རྒྱུད་ཀྱི་ལྷ་དང་ཐང་སའི་ལྷ་མོ་གཉིས་ཞི་བདེའི་ངང་ཅོ་དན་ཁྲུལ་དུ་མཉམ་གནས་བྱས་ཡོད།

# Battle of Brothers

In the village of Pangu in Uttarakhand of India is the temple of Shyangse. Nearby in Chaudans is a temple of the mother goddess Purnagiri whose original home is in Tanakpur, in the hot plains to the south. Shyangse is an ancestor-god of the Rung people of the Byans Valley. But Purnagiri is a famous Hindu goddess. How did Purnagiri travel from the hot, humid plains to a mountain village?

Long ago, a *dhami* (shaman) who worshipped and represented the god Shyangse traveled with his younger brother to Tanakpur. Just as they arrived in Tanakpur, which now lies on the border between India and Nepal, a wave of cholera swept over the region. This was an age when cholera and smallpox regularly attacked the Himalayan foothills, killing hundreds of thousands of people, destroying families and entire villages.

'If we stay in Tanakpur, we are sure to die,' the brothers decided and hurried back towards Chaudans as quickly as they could. They were also worried about bringing back cholera to their village and making their friends and families sick.

But the invisible germs had already caught the younger brother. He tried to walk as fast as he could, but soon he started falling behind his brother. The elder brother, who was the shaman to a powerful god, looked at his brother and realized that cholera would kill him.

'Brother! Don't walk away so quickly,' the sick man called out. 'I can still walk, and if you boil some water for me, I can reach home.'

'You have been marked for death. I cannot risk catching the disease. Somebody has to run to our village and warn everybody,' the older brother said and hurried away. He left his sick brother lying by the roadside.

'It is difficult to say if an action is good or bad without understanding everything,' the sick man thought. 'My brother left me here to die, but if he can reach the village without catching cholera, he will save many lives.'

After reaching Chaudhans, the shaman told everyone what had happened to his brother. Villagers made haste and prepared themselves by boiling their drinking water and not letting any outsider enter the village. Nobody became sick, nobody died.

But the heart is always full of hope. The people of Chaudans waited for the sick man to return. When he didn't return even after many weeks, with great sadness they prepared to perform the man's funeral. They thought he had died, and he needed a funeral to pass into heaven. Those who were alive also needed the funeral to lay their hopes to rest and carry on with their lives.

Just before the funeral rites could be carried out, the god Shyangse entered the shaman in a trance and told him that his brother was still alive in Tanakpur. He hadn't passed into the realm of the spirits.

On the road between Tanakpur and Chaudans, where his brother had abandoned him, and without anybody to help him, the younger brother had been close to death. As he suffered between life and death, a wandering yogi carrying two *chimta* tongs walked towards him. These tongs were carried by ascetics to use as a musical accompaniment for

devotional songs, and to help them tend fires. Of the two pairs of tongs, one was of gold, and the other of iron.

The yogi crouched by the sick man and touched him, one by one, with the gold tong and the iron tong. He asked, 'Which of these tongs will you take?'

The sick man thought, 'I am weak from cholera. If I carry gold, I may be robbed by bandits who covet gold. If I live and return to Chaudans, I may be attacked and killed.' He said to the yogi, 'I will take the iron tong.'

The yogi disappeared immediately after giving the sick man the iron tong. 'Am I waking from a dream?' the sick man asked himself. But he saw the iron tong by his side and knew it had not been a dream. He drifted in and out of sleep, unable to separate what was dream and what was real.

'Are you alright?' he heard a young child ask.

She was a young girl in Tibetan dress, a child of the mountains. He tried to answer, but he was weak with disease and could barely speak. The child ran off, and within moments brought her parents, who carried him away to their tent and nursed him back to health.

When the younger brother became strong enough to return to Chaudans, the goddess Purnagiri chose him as her shaman and traveled to Chaudans. Had Purnagiri tested him disguised as a yogi, offering him iron and gold tongs? Or, was it Yama, asking him to choose between life and death? Or maybe Purnagiri had woven the illusion of the tent and the Tibetans to help her chosen shaman. Maybe the girl was the mother goddess herself.

The new shaman and his goddess Purnagiri reached Chaudans. But Shyangse, who was the main god there and worked through the older brother, didn't like the arrival of a new goddess in the village. He told Purnagiri to leave.

'I am a goddess, and I will not be bullied,' Purnagiri said to Shyangse. Or rather, she spoke through her shaman to Shyangse's shaman.

The gods chose to determine superiority through combat in the human world. Each shaman attacked the other shaman, and they performed many miracles before a crowd of amazed villagers.

Purnagiri picked up a millstone and thumped it on her chest. The millstone shattered. Shyangse didn't pick up large rocks to show his strength. Instead, he grabbed a handful of rice grains and threw them with the great force that only a god can create. The battle continued. Each deity displayed more strength than the other until Shyangse finally accepted defeat before Purnagiri. The goddess from the plains had defeated the god of the mountains. A temple was built for Purnagiri, but Shyangse still disliked her.

Another wave of cholera reached the mountains and spread rapidly. Entire villages died. People panicked and fled their ancestral lands. But the shaman of Purnagiri had survived cholera before, so people put their hopes in him.

'You defied death once, O shaman of Purnagiri! Save our lives!'

The young shaman prayed to his goddess, and Purnagiri appeared in his mind. 'Don't worry, and do as I command. Light a large fire, and offer it barley, ghee and sesame seeds.'

The smoke from the ritual covered the village of Pangu and protected everyone while cholera killed people in other villages. Purnagiri's glory increased. When Shyangse saw Purnagiri's powers, he accepted her as a sister. Ever since, Purnagiri has been worshipped in Chaudans, and a mountain god and a goddess from the plains have peacefully coexisted.

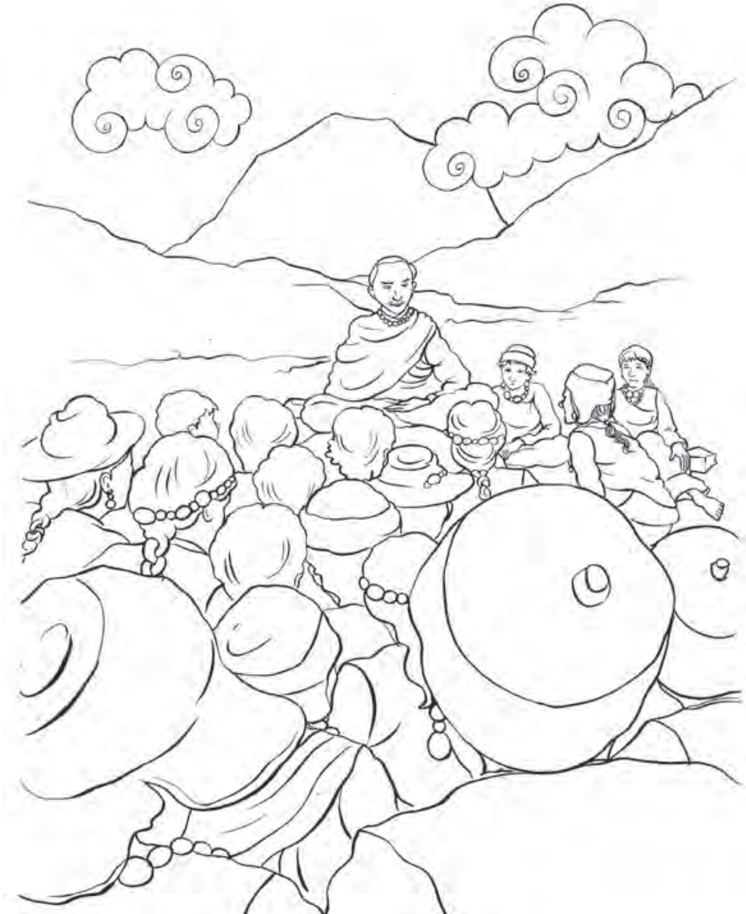
# ནགས་གསེབ་ཁྲོད་ཀྱི་རྟ་བདུན།

ལོ་རྒྱུས་སྔོན་ཐོག་མང་པོའི་སྔོན་ལ་གངས་རིན་པོ་ཆེའི་ཉེ་འགྲམ་དུ་གནའ་བོའི་ཆོས་ཤིག་དར་སྤེལ་བྱུང་ཡོད། བོད་མི་འགའ་ཞིག་གིས་རི་བོ་དེར་གང་ཏི་སེ་བརྗོད་པ་དང་འགའ་ཞིག་གིས་རི་བོ་ཀེ་ལ་ཤ་ཡང་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད།

ཆོས་དེས་མི་རྣམས་རྨོངས་པའི་མུན་པ་ལས་སེལ་ཞིང་། དེའི་ནང་དོན་གཙོ་བོ་ནི་གཞན་ལ་བྱམས་བརྩེ་བྱེད་རྒྱུ་དང་ལས་བཟང་པོར་བརྩོན་དགོས་པའི་སློབ་གསོ་སྤྲོད་ཀྱི་ཡོད། ཆོས་དེ་ལ་བོན་ཟེར་ཞིང་ཞང་ཞུང་རྒྱལ་བརྒྱུད་ཀྱི་མངའ་ཁོངས་སུ་ཡོད་པའི་དར་ལམ་བར་ཆོས་དེ་ལག་བསྟར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

ཞང་ཞུང་རྒྱལ་བརྒྱུད་ལ་སེམས་པ་ཆེན་པོ་རྒྱལ་སྲས་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་འཁྲུངས། ཁོང་ནི་ བླ་ན་མེད་པའི་བོན་པོའི་དབུ་འཕྲིད་ཅིག་ཡིན་པ་དང་ཚང་མས་བརྩི་འཇོག་ཞུ་ཡི་ཡོད། ཁོང་ནི་མི་རྣམས་སྡུག་བསྔལ་ལས་སེལ་ཆེད་འཇིག་རྟེན་འཁོར་བའི་ནང་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས། སྟོན་པ་ཁོང་གིས་ཡུལ་དེའི་མི་རྣམས་དམར་མཆོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་གཟིགས་ནས་སེམས་ཅན་དག་མ་ཤི་བའི་སྔོན་ལ་ན་ཟུག་དྲག་པོས་མནར་བ་མཐྱེན་ཏེ་ཐུགས་ཕམ་ཞེ་དྲག་བྱུང་། དེ་འདྲ་སོང་ཙང་། ཁོང་གིས་མི་སེར་ཚོར་བྱམས་བརྩེའི་སྐོར་ལ་ཆོས་གསུངས།

ཁོང་གིས་མི་ཚོས་སེམས་ཅན་ལུག་ལ་སྦྱིན་པ་གཏོང་རྒྱུའི་ཚབ་ལ་བྲོ་དང་ཚུ་རྗེས་ནས་བཟོས་པའི་ལུག་སྦྱིན་པ་བཏང་བ་བཟང་བ་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་ཁྲག་སྦྱིན་པ་གཏོང་རྒྱུའི་ཚབ་ལ་འོ་མ་སྦྱིན་པ་ཐོངས་ཞེས་གསུངས། ཡུལ་མི་རྣམས་ལ་ཁོང་གིས་གང་གསུངས་པ་དེར་ཡིད་ཆེས་པ་བཟོ་རྒྱུར་དུས་ཡུན་ཐན་བུ་འགོར་ཡང་རྗེས་ལ་མི་དམངས་རྣམས་བྱམས་བརྩེའི་སྐོར་ལ་གོ་རྟོགས་ཡག་པོ་སླེབས་ནས་ཁོང་གི་རྗེས་དྲངས་བྱས། བོན་སྟོན་གཤེན་རབ་དྲག་རྩུབ་དང་གཏི་མུག་གིས་འགྲིབ་པའི་ཡུལ་དེའི་མུན་



སེལ་སྒྲོན་མེ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར།  འོན་ཀྱང་དྲག་པོའི་ཕྱོགས་ལ་བསྐྱོད་མཁན་ཚོར་ཡང་རྗེས་དྲངས་པ་ཡོད།

དྲག་པོའི་ལྷ་དང་འདྲེ་རྒྱལ་པོ་སོགས་ལ་མི་དམངས་དཀྱུས་མ་ཚོས་སྐྲག་དགོས་པ་དང་མཉམ་དུ་ཁོང་ཚོར་ངེས་པར་དུ་འཛིགས་དགོས།

མི་སེར་ཚོས་དེ་ལྟར་མ་བྱས་ཚེ་ཁོང་ཚོའི་ནུས་ཤུགས་ཉམས་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་རེད།

བྱམས་པ་དང་སྙིང་རྗེའི་ཆོས་གོང་འཕེལ་གཏོང་མཁན་གྱི་ལྷ་རྣམས་ལ་མིས་དད་པ་བྱས་ན་ནུས་སྟོབས་ཆེ་རུ་འགྲོ་བ་དང་།  དེ་བཞིན་འཇིག་པ་ཅན་གྱི་ལྷ་རྣམས་ལ་མིས་ཞེད་སྣང་བྱས་ན་ནུས་སྟོབས་ཆེ་རུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད།

བོན་སྟོན་གཤེན་རབ་ཀྱི་ཁ་གཏད་ལ་གངས་རིན་པོ་ཆེ་ནས་ཐག་རིང་སར་གནས་པའི་ཡུལ་གོང་ཞེས་པ་དེར་བདུད་རྒྱལ་ཆ་པ་ལག་རིང་ཞེས་པ་ཞིག་སྡོད་ཀྱི་ཡོད།
ཁོ་པས་འབངས་མི་སེར་ཚོའི་རང་དབང་ཡོངས་སུ་འཕྲོག་ནས་

ཡུལ་དེ་བཟུང་ནས་བསྡད་ཡོད།  ཁོ་པ་ལ་མཆོད་པ་མ་བྱེད་མཁན་ཚོར་དཀའ་སྡུག་སྤྲད་པ་དང་།  ཁོ་པ་ལ་གསེར་དང་རྒྱན་ཆ་སྤྲིན་མཁན་དེ་བཞིན་དམར་མཆོད་བྱེད་མཁན་ཚོར་རྫན་པ་སྤྲོད་ཀྱི་ཡོད།  ཁོ་པའི་རྗེས་དྲངས་པ་ཆགས་ཚར་བའི་རྗེས་ལ་མི་དོ་དག་སོ་སོར་གདམ་ཁ་མེད།  གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཁོང་ཚོར་གྲོ་དང་དུག་ལོག་སྨན་སོགས་ཁོ་པའི་འབྲུམ་ནས་རག་གི་ཡོད།  བོན་སྟོན་གཤེན་རབ་ཀྱིས་བྱམས་བརྩེ་དང་བདེན་པ་དྲང་པོ་སོགས་ཀྱིས་སྐོར་ལ་མི་དམངས་ཚོར་ཆོས་འཆད་པ་ཐོས་སྐབས་ཆ་པ་ལྷ་རི་མ་སྐྱིད་པོ་ཞེ་དྲག་ཆགས།  བྱམས་བརྩེའི་གོ་རྟོགས་ཡོད་མཁན་གྱི་མི་དམངས་ཚོས་ཕན་ཚུན་གུས་བརྩི་ཞུ་རེད་བྱེད་པ་དང་དེས་སྲི་ཚོགས་ནང་འཛིགས་སྐྲག་གི་བསམ་པ་དེ་ཉུང་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད།  འོན་ཀྱང་འཇིགས་པ་གཞན་ལ་སྐྲོ་བཙུག་རྒྱུ་དེ་བདུད་རྒྱལ་དེའི་ནུས་ཤུགས་ཤིག་རེད།  བདུད་རྒྱལ་དེས་ཁོ་པའི་དབང་ཐང་ཉམས་ཡོང་སྙམ་པའི་སེམས་ཁྲལ་གྱིས་གངས་རིན་པོ་ཆེར་བོན་སྟོན་གཤེན་རབ་ཀྱི་རྩར་རྒོལ་འཛིང་བྱེད་པར་སླེབས།

ཁོ་བོས་བོན་སྟོན་གཤེན་རབ་ཀྱིས་མཐར་ཐུག་གི་བདེ་བ་དང་ཞི་བའི་ལམ་ལ་འདྲེན་སའི་རྗེས་དྲངས་ཚོའི་ཁྲིད་དུ་རྫུན།  ཕྲག་འདོག ངར་རྒྱལ། ཁོང་ཁྲོ། གཏི་མུག ཡིད་ཆེས་མེད་པ་སོགས་བསམ་བློ་ངན་པ་མང་པོ་ཁྱབ་སྤེལ་བཏང་།

འོན་ཀྱང་མི་དམངས་ཚོས་བོན་སྟོན་གཤེན་རབ་ཀྱིས་ཆོས་གསུང་པ་དེར་གོ་རྟོགས་ཡོད་ཙང་བདུད་རྒྱལ་དེའི་ཐབས་ཇུས་དེ་ལམ་ལྷོངས་མ་ཐུབ།

བདུད་རྒྱལ་ཆ་པ་ལག་རིང་གིས་བདུད་ཀྱི་དབང་ཐང་ལ་སྨྲོ་བའི་དམག་མི་འབུམ་ཚོ་གཅིག་སྐྱོངས་ནས་བོན་སྟོན་གཤེན་རབ་མེད་པ་བཟོ་རྒྱུའི་བཀའ་བཏང་། བདུད་ཀྱི་དམག་མི་དེ་ཚོས་བོན་སྟོན་གཤེན་རབ་ལ་ཁྲོལ་འཛིང་བྱེད་སྐབས་ཁོང་ནས་བདུད་ཚོར་ལེགས་ཉེས་བླང་དོར་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྒོ་མོ་ཕྱེ་ནས་ཁོང་ཚོ་བྱམས་པ་དང་ཞི་བའི་ལམ་ལ་དྲངས། མིའི་གཟུགས་སུ་བཞུགས་པའི་རྫོངས་ཤིང་དར་རྒྱལ་ཅན་གྱི་གདོང་འདྲེ་དེ་ཚོས་མཆོན་ཆ་རྣམས་གཡུགས་བཞག་ནས་ཞི་བདེ་བག་ཡོད་ཀྱི་ཞིང་པ་དང་ཚོང་པའི་ལས་ལ་ཞུགས། བོན་སྟོན་གཤེན་རབ་ས་ཐག་རིང་པོར་སྙིང་རྗེའི་ཕན་ཡོན་སྐྱོར་ལམ་སྟོན་གནང་བར་ཕེབས་སྐབས་ཁོང་ཚོས་ཀྱང་རྗེས་ལ་སྙེགས། བདུད་རྒྱལ་དེས་གནས་ཚུལ་དེ་ཤེས་རྗེས་ཁོང་ཁྲོ་ཞེ་དྲག་ཆེ་རུ་ཕྱིན།

འབུ་སྦྲང་མ་ཤ་ལ་འཁོར་བ་བཞིན་ཁོ་པའི་སེམས་ནང་མ་རུང་ཁོག་བཙུག་གིས་ཁེངས།

ཉིན་ཞིག་བོན་སྟོན་གཤེན་རབ་ཆ་ཞེས་པའི་ཡུལ་དེར་མི་མང་པོར་བྱམས་པ་དང་སྙིང་རྗེའི་སྐྱོར་ལམ་སྟོན་གནང་བར་ཕེབས། སྐབས་དེ་དུས་ཆ་པ་ལག་རིང་དེས་ཡུལ་བསྐོར་བ་ཞིག་ལ་སྤྲུལ་ནས་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཁོང་བཞུགས་སའི་གུར་ནང་འཛུལ་ཕྱིན་ཏེ་ཐང་ཆད་ཁྲུལ་གྱིས་དེའི་ནང་གི་མ་དང་བུ་མོ་གཉིས་ལ་ཆུ་དང་རྩམ་ཐུག་སློང་།

དེ་རྗེས་ཁོ་པས་གུར་ནང་གི་བུད་མེད་གཅིག་ལ་རྣམ་པ་མཛེས་པ་ལ་ཞེས་བསྟོད་བསྔགས་བྱས་པ་དང་བུད་མེད་གཞན་དེ་ལ་གདན་ཡག་པོ་ཐག་གི་འདུག་ཅེས་བུད་མེད་གཞན་དེའི་རྣ་ཅོག་གི་འགྲམ་ལ་ཁུ་སིམ་དང་བརྗོད་ཅང་བུད་མེད་གཞན་དེར་ཕྲག་དོག་ལངས། ཁོ་པས་ཨ་མ་དེའི་སེམས་ནང་དོགས་པ་སྐྱེ་བཙུག་པ་དང་བུ་མོ་དེ་ལ་ཁོང་ཁྲོ་བསླང་། དེ་འདྲའི་ངང་ནས་ཁོ་པས་འདམས་ངག་ཞིག་འདོན་ནས་སྒྱུ་འཕྲུལ་ཅན་གྱི་ཐག་པས་ཁོང་གཉིས་བདམས་ནས་ཁོ་པ་དང་མཉམ་དུ་འཁྲིད་ཕྱིན།

སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཚུར་ཕེབས་སྐབས་གུར་ནང་སྟོང་པ་ཡིན་པ་མཁྱེན། ནང་ལ་བཞུ་མར་སྦྱར་མེད་པ་དང་མེས་པོའི་འདྲ་སྐུ་ཚོར་མཆོད་མེ་སྦར་

མེད། གུར་ནང་ལ་ཡང་རླུང་པོ་གྲང་སིལ་སིལ་ཞིག་བརྒྱབ།

སྟོན་པ་གཤེན་རབ་དེ་ཐུར་ལམ་སེང་ཆ་པ་ལག་རིང་བསྡད་སར་བསྐྱོད་ནས་མན་ངག་སྐྱོར་ཏེ་བྱམས་སྙིང་རྗེ་སྒོམས་ནས་མ་དང་བུ་མོ་གཉིས་ཀྱི་བསམ་བློ་ངན་པ་འདོར་བའི་རྐྱེན་ཆ་པ་ལག་རིང་ལག་ཏུ་ཚུད་པའི་མ་དང་བུ་མོ་གཉིས་ཐར།

ཁོང་ཚོ་རང་སར་མ་ལོག་པའི་སྔོན་དུ་ཆ་པ་ལག་རིང་གིས་ལས་ཡང་བསྐྱར་སྤྱིག་པའི་ལས་ལ་མི་ཞུགས་པའི་ཆེད་བོན་སྟོན་གཤེན་རབ་དང་བུད་མེད་གཉིས་དེས་གསོལ་བ་སྨོན་ལམ་བཏབ།

རྫོངས་པའི་བསམ་བློ་དེ་གྲུབ་ཆུང་རེད། ཆ་པ་ལག་རིང་ནི་རང་གི་ལག་གཉིས་ཀྱིས་མིག་བཀག་ནས་རི་བོ་སྟེང་རྒྱུགས་རྩལ་འགྲན་གྱི་ཡིན་ཟེར་མཁན་གྱི་མི་དང་ཆ་རེད། ཁོ་པ་ནི་འབྲུགས་པ་བརྒྱབ་རྒྱུར་དགའ་ལ་དེས་ཁོ་པ་ལ་བློ་ཁོག་སྐྱེས་པ་དང་ནུས་ཤུགས་སྤྲད་ཀྱི་ཡོད། དེས་རྐྱེན་པས་ཁོ་པས་བོན་སྟོན་གཤེན་རབ་ཀྱི་སྔོན་ལ་བསྐྱོད་ནས་ཁོང་གི་རྟ་ཐང་སྟེང་ནས་ཏ་སྙིང་རྗེ་པོ་བདུན་བཀུས་ནས་གོར་བུ་ཞེས་པའི་ས་ཆ་དེར་བྲོས།

སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཀྱི་ཐུགས་ལ་ཆ་པ་ལག་རིང་ལ་བྱམས་དང་སྙིང་རྗེས་རྩ་བ་བྱས་པའི་བདེན་པའི་ལམ་ཞིག་མ་བསྟན་ན་འཇིག་རྟེན་ན་འབྲུག་འཛིང་མཚམས་མི་ཆད་པ་ཤོར་རྒྱུ་ཡིན་པ་མཁྱེན། དེ་འདྲ་སོང་ཙང་ཁོང་ཆ་པ་ལག་རིང་ཡིབ་སའི་ས་ཆ་དེར་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས། བདུད་རྒྱལ་དེས་གཟི་བརྗིད་ཅན་གྱི་རྒྱལ་སྲས་ཕེབས་པ་ཤེས་ཏེ་དེ་མྱུར་ཏ་བདུན་དེ་ཤིང་སྡོང་ཆེན་པོ་བདུན་ལ་འགྱུར་ནས་བཞག་པ་དང་དེ་ཚོ་ཤིང་ནགས་ཁྲོད་ཀྱི་ཤིང་སྡོང་ཆེན་པོ་དང་མཉམ་དུ་སྦས། ཡིན་ན་ཡང་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཅན་གྱིས་ཁོ་རང་གི་ཏ་བདུན་ཤིང་སྡོང་གང་ཞིག་ལ་འགྱུར་མིན་ངོ་འཕྲོད། ཏའི་སུག་མཐིལ་དེ་ཤིང་སྡོང་གི་རྩ་བར་འགྱུར་ཡོད་པ་དང་ཤིང་གི་སྡོང་བུ་དེ་ཏའི་སྒ་ལ་འགྱུར་བ་དང་ཏའི་སྐད་སྒྲ་དེ་ལོ་མ་རྣམས་རླུང་གི་དཀྱིལ་ལ་ལྷུང་ལྷུང་དུ་གཡུགས་པ་ཉེ་འཁོར་གྱི་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དོ་སྣང་བྱུང་མེད། ཁོ་པས་དར་ཤུགས་དང་སྦྲགས་སྐད་ཅིག་བརྒྱབ་དུས་གནམ་དེ་ནག་པོ་ཆགས། ལུང་པའི་ཁུལ་གྱི་གཤོང་རྣམས་སྨུག་པས་སྒྲིབ།

ཆ་པ་ལག་རིང་གིས་ལམ་སེང་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་རྩར་ནས་ཁུ་སིམ་མེར་ཏ་བདུན་བཀུས་ནས་བྲག་ཕུག་ནང་གི་རྫོ་དམར་པོ་ཡོད་པ་དེ་འདྲའི་ནང་ལྷུགས་ནས་བཞག་པ་དང་དེའི་ཉེ་འཁོར་ནག་ཁུང་ནག་རྐུང་སོང་ཙང་གང་ཡང་མཐོང་རྒྱུ་མེད།

དེ་ལྟར་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཀྱིས་ཐུགས་བསམ་ཟབ་མོ་བཞེས། ཁོང་གི་ཐུགས་ལ་དུས་ཚོད་ག་ཚོད་བར་དུ་བཟོད་པ་སྒོམ་དགོས་སམ། དེའི་ལན་གསལ་པོ་རེད། མི་གཞན་ཞིག་གིས་ལས་ངན་པ་བྱེད་རྒྱུར་བཟོད་པ་སྒོམས་ན་དེ་ནི་ཕན་མེད་རེད་དགོངས།

བདུད་རྒྱལ་ཚོར་ཤིན་ཏུ་ནས་འཇིགས་ཤིང་དངངས་འཚབ་དང་གནས་པའི་མི་རྣམས་ལ་སྙིང་རྗེ་འཁྲུངས་ནས་ཁོང་གིས་སྡུག་བསྔལ་འོག་ཚུད་པའི་མི་རྣམས་ལ་བདེན་

པའི་འོད་སྣང་དཀར་པོ་ཞིག་སྟོན་གནང་བར་བརྟེན།  ཁོང་ཚོའི་མ་རིག་པའི་མུན་པ་མཐའ་དག་སེལ། སྐབས་དེ་

དུས་ཚ་བ་ལག་རིང་གི་མིག་རྣམས་འོད་ཟེར་གྱིས་ལོང་ཡང་ཁོ་པས་དེ་མ་ཐག་རི་ནག་པོ་ཞིག་ཏུ་སྤྲུལ་ནས་སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཀྱི་སྟེང་དུ་མཚོངས་ནས་ཁོང་དུམ་བུར་གཏོང་དགོས་དྲན་ཀྱང་། སྟོན་པ་གཤེན་རབ་ཀྱིས་སེམས་དང་གཟུགས་སྟོབས་དེ་རི་བོ་དེ་ལས་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་སྤྲུལ། ཚ་བ་ལག་རིང་གིས་སྤྲུལ་བའི་རི་བོ་ནག་པོ་དེ་ཟིལ་གྱིས་མནན་ཏེ་བཀག། སྟོན་པའི་སྙིང་རྗེས་ཁོ་པ་ཟིལ་གྱིས་མནན་རྐྱེན་ཁོ་པས་རྡོའི་ཆར་པ་འཕབ་ཀྱང་སྟོན་པའི་རལ་གྲིས་བྲོ་འཁྲབ་པ་བཞིན་དེ་དག་དུམ་བུར་བཏང་།

ཚ་བ་ལག་རིང་ལ་སྟོན་པས་སྙིང་རྗེ་ཚད་མེད་འཁྱུངས་པའི་རྐྱེན་གྱིས་ཚ་བ་ལག་རིང་སྟོན་པར་འགྲན་རྩོད་གཏོང་ཐུབ་ཀྱང་ཚང་མ་ཤོར། མཐའ་མ་དེར་ཁོ་པ་ཡིད་ཐང་ཞེ་དྲག་ཆད་དེ་ས་ལ་རིལ་ནས་བོན་རི་ཆེན་བུ་ཟེར་བ་རྩ་ཆེའི་རི་དེར་རང་གཟུགས་མཛོན།

བོད་ནང་གི་མི་ཚོས་བྱམས་སྙིང་རྗེ་ཟེར་བ་དེ་མཚོན་ཚ་ལས་ནུས་ཤུགས་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་གྱི་ཡོད།  སེམས་པ་བཟང་པོ་བྱས་པ་དང་བཟོད་པ་སྒོམས་ན་ཞེད་སྣང་དང་དྲག་རྩུབ་སོགས་ཞི་བའི་ངང་བཀྲལ་ཐུབ་པ་བསྟན་ཡོད།

སྟོན་པ་གཤེན་རབ་དང་ཚ་བ་ལག་རིང་དབར་དམག་འཁྲུག་ཆེན་པོ་དེ་བྱུང་བའི་བརྒྱུད་རིམ་དེའི་རྗེས་ལ་བདུད་ཀྱི་དམག་མང་པོས་བྱམས་སྙིང་རྗེའི་བསམ་བློ་རྩ་མེད་གཏོང་ཐབས་བྱས་ཀྱང་ལམ་ལྷོངས་བྱུང་མེད།

དུས་ད་ལྟ་ཡིན་ན་ཡང་བོད་ནང་བོན་གྱི་དགོན་པ་གསར་པ་བཞེངས་པ་དང་སེམས་པ་བཟང་པོ་བྱེད་རྒྱུ་དེ་འཛམ་གླིང་ཕྱོགས་གང་སར་ལག་བསྟར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

# Seven Horses in a Forest

Thousands of years ago in Tibet, an ancient religion thrived around the mountain known to some as Kang Tise and to others as Kailas or Kang Rinpoche. The religion practiced compassion and good deeds, and tried to erase ignorance from people's minds. It was called Bön, and was the religion of the great Zhang Zhung empire which ruled over a vast stretch of the ancient Silk Road.

A greatly compassionate prince named Tonpa Shenrab was born into the Zhang Zhung empire. He was destined to be a great leader of the Bönpo. He had arrived to lead humans away from suffering. He saw people sacrificing animals to the good and evil spirits of the land. The animals bleated with terror before dying, and that filled his heart with sadness. So he taught the people compassion.

'Instead of offering the life of a sheep, offer a sheep made from dough. Instead of offering blood, offer milk,' he said. It took time and patience for him to convince the people, but when people truly understood the value of compassion, they followed him. Tonpa Shenrab became a beacon of bright light in a land darkened by violence and ignorance.

But darkness also has its worshippers. Gods, demons and kings need the praise and fear of ordinary people, otherwise they grow weak. Gods spreading kindness grow powerful only if people believe in what they preach.

Similarly, demons spreading fear can grow stronger only if people fear them.

Chapba Lakring, the demon king of a place called Kong, far from Kailas, was the opposite of Tonpa Shenrab: he ruled over his people by controlling everything in their lives. He created trouble for people who didn't worship him, and rewarded only those who sacrificed animals to him or offered gold and jewels. Nobody was free to choose if they wanted to follow him, because only he could give them grains, cloths and medicine.

When Chapba Lakring heard that Tonpa Shenrab taught about truth, kindness and beauty, he was very upset. People who understand compassion and beauty treat each other with respect, because of which fear in society decreases. But fear was the strength of the demon king. Worried that he would lose power, he came to Kailas to attack Tonpa Shenrab.

He spread mistrust, greed, jealousy, anger, lies, arrogance, disobedience, and laziness among the people to lead them away from the light of compassion shown by Tonpa Shenrab. But the people had already understood Tonpa Shenrab's teachings, so his tricks failed.

Chapba Lakring commanded his army of a million demons, who were always intoxicated with power, to destroy Tonpa Shenrab. When the demons attacked, Tonpa Shenrab showed them compassion and shared his wisdom with them. The demons, who were humans distorted by arrogance and ignorance, gave up their weapons and became peaceful shepherds and traders. They followed Tonpa Shenrab as he traveled even farther to spread the light of compassion.

But the demon king's anger hadn't disappeared. Evil thoughts buzzed around him like flies around rotting flesh.

One day, when Tonpa Shenrab was traveling around the Cha area to bring the light of compassion to even more people, Chapba Lakring entered his tent as a tired traveler and asked the women inside for water and porridge.

He praised one woman's beauty and the fine weaving skills of another. He whispered into the ear of one wife to make her jealous of another wife. He put suspicion in the heart of the mother and anger in the mind of the daughter. In this manner, with magical ropes made of clever words, he captured the women and took them away with him.

Tonpa Shenrab returned to find his tent empty. No fire had been lit, no incense had been offered to the ancestors, and the wind passed right through without permission. He flew to Chapba Lakring's kingdom and with words of logic and the light of compassion took away the evil thoughts and deeds that had tied the women to the demon king. Before traveling back, Tonpa Shenrab and the women prayed that Chapba Lakring would abandon evil.

Ignorance is stubborn. Chapba Lakring was like a man who wants to race over a mountain while covering his eyes with his own hands. Quarreling gave him pleasure and made him feel alive and strong. So he ran ahead to Tonpa Shenrab's pastures and stole seven beautiful horses and fled to a place called Gongbu.

Tonpa Shenrab understood that unless he showed Chapba Lakring the light of compassion, the fighting would never end. So he traveled to the place where Chapba Lakring hid. The demon king saw the prince of light approach Gongbu and transformed the horses into trees and hid them in a thick forest.

But Tonpa Shenrab possessed eyes of wisdom, so he correctly recognized the seven trees that were his horses. Once the lie was caught, people shook their heads and

wondered why they had seen the horses as trees. The roots of the trees became hooves, the mossy trunks became the shiny coats of fine horses, and instead of nodding in the wind the horses snorted and neighed.

Chapba Lakring was defeated again. He roared in fury and turned the sky black. The valley became a churning sea of fog. Chapba Lakring quickly stole the horses back from Tonpa Shenrab and hid them under a large red rock and spread thick darkness over everything. Nobody could see anything.

Tonpa Shenrab meditated and asked himself: 'Until when should someone be patient?' The answer was clear: if being patient allowed another person to continue being an ignorant sinner, patience is no longer good. Out of compassion for the people who lived in fear of the demon king, Tonpa Shenrab created a bright white light and the darkness disappeared completely.

Even though the brightness of Tonpa Shenrab's light blinded him, Chapba Lakring transformed himself into a black mountain and leapt on Tonpa Shenrab with the intention to crush him into a red paste of blood, bones and hair. Tonpa Shenrab took the form of an even larger mountain with the ability to heal the body and the mind and softly covered the black mountain that was Chapba Lakring.

When the weight of compassion smothered him, Chapba Lakring turned himself into a rain of rocks, which Tonpa Shenrab scattered by dancing with a gleaming, bright sword. The demon king's attacks were defeated one by one by Tonpa Shenrab's great compassion. Finally, he collapsed and became Bonri Chinbu, the sacred mountain.

The people of Tibet saw that compassion is more powerful than weapons, and that tolerance and kindness outlive fear and tyranny. Since this great battle between

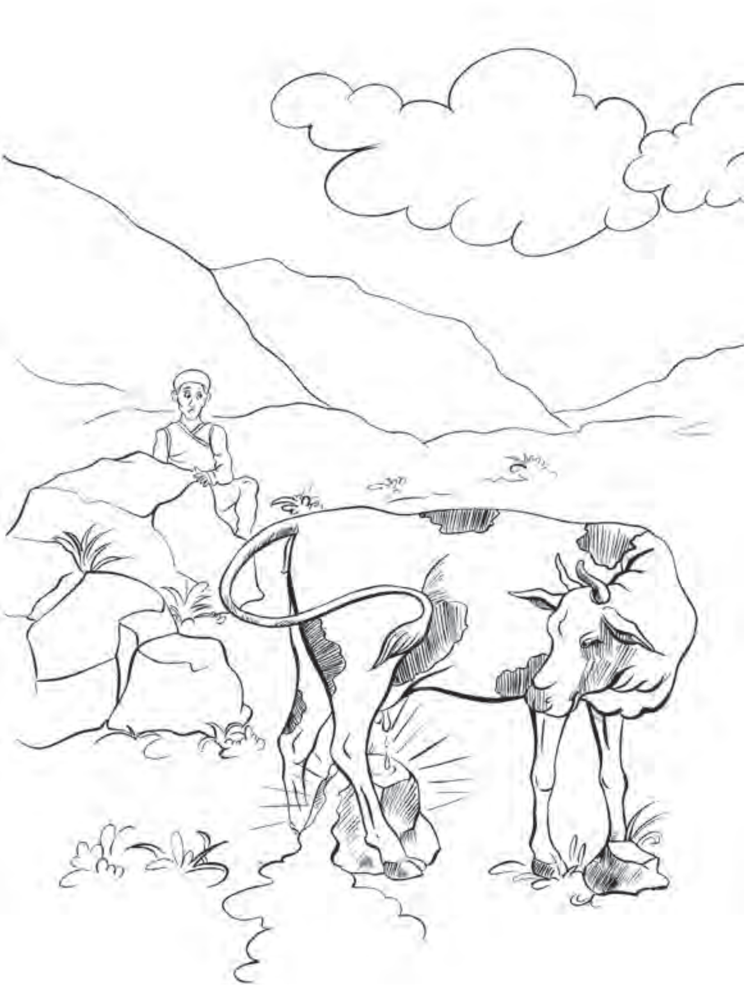
Chapba Lakring and Tonpa Shenrab, many evil forces have tried to defeat compassion. But even today, new Bönpo monasteries are being built in Tibet, and kindness is alive all over the world.

# བདུད་མོའི་ཕམ་ཉེས།

བལ་ཡུལ་གྱི་ཧུམ་ལ་རྫོང་ཁོངས་སུ་ཡོད་པའི་ཧེ་ར་ཞེས་པའི་གྲོང་གསེབ་ཅིག་ནང་ལྷ་ཧར་སྒྲི་ཞུ་བ་ཞིག་བཞུགས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། དགོང་མོ་རྟག་པར་ཁོང་གི་ལྷ་ཁང་གི་ཉེ་འགྲམ་དུ་བ་ཕྱུགས་ཤིག་གིས་ཤེལ་རྡོ་གོང་གོང་ཡོད་པ་དེའི་ནང་མོ་རང་གི་འོ་མ་བཞོས་ནས་ཕུལ་གྱི་ཡོད་པ་རེད། སྐབས་ཅིག་ཕྱུགས་རྫིས་བ་ཕྱུགས་དེས་རྡོ་དེའི་ནང་དུ་འོ་མ་འཛོ་བ་མཐོང་སྐབས་ཁོང་ཁྲོའི་ངང་རྡོ་དེ་བཅག་རྗེས། རྡོ་དེ་དུམ་བུ་གསུམ་དུ་འགྱུར་ནས་ཕྱོགས་གསུམ་གྱི་ས་ན་བཞེངས་ཡོད་པའི་ཧར་སྒྲི་ཡི་ལྷ་ཁང་ཕྱོགས་ལ་འཕུར།

དུས་རབས་མང་པོའི་རྗེས་ལ་རིགས་ཞན་པ་སྨྲ་རི་ཡར་ནས་ཡིན་པའི་བུ་མོ་ཞིག་ཉིན་ཞག་མང་པོའི་རིང་། མོ་རང་སྐྱེ་སའི་གྲོང་གསེབ་ཧེ་རྣ་ནས་སྒྲི་ཧི་གྲོང་གསེབ་ནང་ཡོད་པའི་ཕྱོ་གའི་ནང་ལ་ཉིན་ཞག་མང་པོའི་རིང་རྐང་ཐང་དུ་ཕྱིན། ཡུལ་དེའི་ས་མཚམས་ལ་འབྱོར་དུས་མོས་བྲག་རི་ཞིག་གི་སྟེང་འཛེགས་ཏེ་གཤམ་འོག་ལ་ཆུ་བོ་ཤང་ཤང་དུ་རྒྱུགས་པ་དེར་བལྟས། ཆུ་བོ་དེའི་ཉེ་འདབས་སུ་ཁང་པ་བརྒྱ་ཕྲག་མང་པོ་རུ་ལྷུར་བསྒྲིགས་ནས་གནས་ཡོད་པ་རེད།

ཁང་པ་རེ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་ཀའི་སྟེང་ལ་སྤྲུ་གུས་ཡར་རྒྱུགས་མར་རྒྱུགས་བྱེད་བཞིན་རྩེ་འཇོའི་དབྱིངས་ལ་རོལ་ནས་བསྡད་ཡོད། ཁུལ་དེའི་རྡོ་ཀུག་རྣམས་ཤིང་དུམ་བུ་བཏུབ་ནས་གྲལ་བསྒྲིགས་ནས་རྩིགས་ཡོད་པ་རེད། ནང་མི་དེ་ཚོའི་དབར་ལ་ཁང་པ་ཆུང་ཆུང་འཁོད་སྙོམས་པོ་རེ་བགོ་བཤའ་བརྒྱབ་ཡོད། དེར་རྟེན་ཁོང་ཚོས་ཆ་དེ་ག་རང་ལ་གནས་སྡོད་བྱས་པ་ལས་ཡུལ་གཞན་ལ་བསྐྱོད་རྒྱུའི་བསམ་བློ་བཅངས་ཀྱི་མེད། སྐྱེས་པ་པོ་ཚོ་འཚར་ཅན་རྒྱ་གར་དང་བོད་ནང་གི་ས་ཕྱོགས་ཁག་ལ་ལས་ཀ་འཚོལ་དུ་འགྲོ་གི་ཡོད་པ་རེད།



དེ་སྔོན་ཁོང་མོས་རིགས་མཐོ་བ་ཚོས་སྐྱབས་བཅོལ་ས་དེ་རམ་པལ་ཞེས་པའི་ལྷ་དབང་ཐང་ཅན་དེ་དག་ཁོ་རང་གི་ལྷ་ཁང་གི་ཕྱི་ལ་སྤྱན་ཚུང་ལྷན་དུ་བཞུགས་ཡོད་པ་མིག་མདུན་ལ་དངོས་སུ་མཐོང་སྐྱོང་ཡོད་པ་རེད།

ཁོང་མོ་ནི་རིགས་དམའ་བ་སྤྱ་རི་ཡ་རའི་རིགས་རྒྱུད་ནས་ཡིན་རྐྱེན་ལྷ་རྣམས་ལ་སྤྱིར་བཏང་གི་དད་པ་བྱེད་སྲོལ་དང་སྐྱབས་བཅོལ་སྲོལ་མེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་དེ་སྔོན་ཁོང་མོ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་པའི་སྐབས་སུ་ལྷ་རྣམས་ལ་རེ་སྐུལ་ཞུ་དུས་ལན་འདེབས་ཅི་གང་བྱུང་མེད།

ཁོང་མོ་ཕྱོགས་ལ་མ་ཐོན་གོང་བརྗོད་དོན། ཕ་ལགས་ང་ལ་ཊ་མ་རུ་ཞིག་གནང་དང་། ངས་བུ་དེ་ཊ་མ་རུ་དཀྱིལ་ལ་ཤེས་པ་བཟོས་ནས་ལྷ་རྣམས་ལ་ཐུགས་སྨོན་སྐྱབས་འཇུག་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད།

པ་ན་རེ། རམ་པལ་གྱི་ལྷ་ཁང་ནང་ཊ་མ་རུ་ཆེན་པོ་ཤ་སྟག་རེད།

མ་གཞི་ནས་ལྷ་ཧར་སྙི་མཆོད་ཁང་ནས་ཊ་མ་རུ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་སློང་མོ་ཞུས་ནས་རང་ལ་སྤྲད་ན་བཟང་ཞེས་བརྗོད། ཡིན་ནའི་ཊ་མ་རུ་དེ་གཟབ་གཟབ་བྱས་ནས་ཉར་དགོས། ཐེ་ཏེ་ཁྱུལ་གྱི་མི་སུ་ཞིག་གིས་མ་མཐོང་བར་གསང་བ་ཉར་རོགས་ཞེས་མངགས། དེ་ལྟར་ཕ་ཡུལ་ཧེ་རླ་བཞག་ནས་གནས་བསྐོར་བ་འགའ་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་ཁོང་མོའི་ཁྲོ་གཞི་གྲོང་གསེབ་སྟེ་ཧི་ལ་ཐོན། ཡུལ་དེར་མ་འགྲོ་སྔོན་ཊ་མ་རུ་དེ་ཁོང་མོའི་སྣོད་ཐུང་གི་ནང་ལ་སྦས་པ་དང་། རྒྱབ་ལ་ཁྱུག་མའི་ནང་སྦྲུ་གུ་བླུགས་ནས་ས་མཚམས་ཀར་ན་ལ་བརྒྱུད་སྟེ་ཧི་གྲོང་གསེབ་ནང་ཕྱིན།

ལམ་བར་ལ་གནས་བསྐོར་བ་ཚོས་ཁོང་མོའི་སྣོད་ཐུང་ནང་གི་ཊ་མ་རུ་དེས་རང་ངོས་ནས་སྐད་བརྒྱབ་པ་ཐོས་རྗེས་ཁོང་ཚོ་ཡ་མཚན་སྐྱེས།

ཉིན་འགའ་ཞིག་ཁོང་ཚོ་མཉམ་དུ་གོམས་པ་རྒྱག་སྐབས། ལམ་རོགས་ཚོས་སྐད་སྒྲ་དེ་ཅི་ཡིན་ཤེས་འདོད་སྐྱེས་ནས་ས་འཁོལ།

ཁོང་མོ་ནང་ལ་མ་སླེབས་ཙམ་ལ་ལམ་རོགས་ཚོས་གཅིག་མཇུག་གཉིས་མཐུད་ཀྱིས་ཊ་མ་རུ་དེ་རང་ངོས་ནས་སྐད་སྒྲ་འདོན་ཐུབ་པའི་རྟགས་མཚན་གང་ཡིན་སྐོར་སྐད་ཆ་དྲིས།

དེའི་སྐབས་ཕྱི་ཟླ་གཉིས་པའི་ཚེས་པ་བཅུ་བཞི་ཉ་གང་ཟླ་བ་ཡིན་ཙང་དགུན་དུས་ཀྱི་གནམ་གཤིས་གྲང་ཤོས་ཀྱི་དུས་རེད།

གྲོང་གསེབ་པ་ཚོ་ཨ་མ་གཞོན་གཞོན་དེའི་རྩར་སོང་ཏེ་བུ་ཆུང་ཆུང་དེ་དང་ཊ་མ་རུ་སྒྲ་འདོན་མཁན་དེ་རར་དོ་སྣང་བྱུང་ནས་ཁོང་མོའི་ནང་ལ་བལྟ་བར་བསླེབས། ཁོང་

མོའི་ནང་གི་མཐའ་ཚང་མ་ཕྱི་མིས་སྐོར། སྤྲ་གུ་ཚུང་ཚུང་དེ་ནི་ལྷ་ཏར་སྙེ་ཡི་སྐུ་རྟེན་ས་ཡིན། སྤྲ་གུ་དེའི་མིང་ལ་ཨ་ཤེ་པ་རི་ཡཱར་ཟེར། བུ་ཚུང་ལོ་གཅིག་བྱས་པ་དེ་ལ་ལྷ་ཞུགས་སྐབས་ཇེ་ རྣ་ཡུལ་ནས་ཡིན་པའི་ཏ་སྙེ་ཡིན་ཞེས་ལབ་སྐབས་སྟེ་ཧེ་ཡུལ་གྱི་ལྷ་ཆོས་ཁོང་ཚོའི་ས་ཆར་ལྷ་གསར་པ་ཞིག་འགྱོར་བ་ཤེས་ཏེ་མ་བདེ་བ་བྱུང་བཞིན་ཡོད་པ་རེད།

ཁོང་ཆོས་ལྷ་ཏར་སྙེ་ལ་མི་དགའ་བ་གཙོ་བོ་ནི་ལྷ་ཏར་སྙེས་ཆེམ་བཟོ་བའི་བུ་མོ་ཉམས་ཚུང་ཞིག་གི་བུའི་སེམས་ནང་ཞུགས་པའི་རྐྱེན་གྱིས་རེད།

ལྷ་རམ་པལ་དང་ཁོ་བོའི་སྤུན་ཚུང་ཆོས་མཉམ་རུབ་ཀྱི་ཐོག་ནས་ལྷ་ཏ་སྙེ་ཕྱིར་འབུད་བྱེད་ཐབས་བྱས།

ཁོང་ཚོ་ན་རེ་ཁྱོད་ཕར་ལོག་རྒྱུགས། ཁྱོད་ང་ཚོའི་ས་ཆར་སྐད་བཏང་མེད། ཁྱོད་ལྷ་བུ་དེ་ལ་བེད་སྤྱོད་མི་འདུག་ཁྱོད་ཀྱིས་རིགས་དམའ་བའི་བུད་མེད་ཞིག་ལ་ཆང་ས་བརྒྱབ་ནས་ང་ཚོ་ཪྗེ་ཚ་པོ་ཞེ་དྲག་བཟོས་སོང་། དེ་ཡག་པོ་མ་རེད་ཅེས་ཡུལ་དེའི་ལྷ་ཆོས་ཁ་གཅིག་གྲགས་དང་བརྗོད། ཏར་སྙེས་སེམས་ཚུང་གི་དང་ནས་ལན་བརྒྱབ། ང་སྟེ་ཧེ་ཡུལ་དེར་རང་ཉིད་ནས་བདམས་པའི་མི་དེའི་ནང་ལྷ་ཞུགས་ཀྱི་ཡིན་ཞེས་བརྗོད། དེའི་དུས་སུ་གྲོང་གསེབ་དེའི་གཤམ་ལ་རྒྱུགས་ཆུ་ཀར་ན་ལི་ཡི་གཏིང་གི་བྲག་ཕུག་ནང་འདྲེ་མོ་གོ་དྲི་ཡ་མལ་ཞེས་པ་དེ་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཁོང་མོས་བོད་ཀྱི་བྱང་ཕྱོགས་ནས་རྒྱ་གར་ལྷོ་ཕྱོགས་བར་གྱི་རྒྱུགས་ཆུ་དེ་ཚོའི་འགྲམ་དུ་ཟ་མའི་ཆེད་དུ་སྤྲ་གུ་འཚོལ་བར་ཡོང་གི་ཡོད་པ་རེད། གྲོང་གསེབ་པ་འགས་མཆམས་རེ་ཁོང་མོས་རྒྱུགས་ཆུའི་འོག་ཏུ་སྤྲ་གུའི་ཤ་བཟའ་བའི་རྐྱེན་གྱིས་ཆུ་སྟེང་དུ་ཆོན་ཁྲ་དམར་ཐིང་ཐིང་ཆགས་པ་མཐོང་དུས་ཞེད་སྣང་ཞེ་དྲག་སྐྱེ་ཡི་ཡོད་པ་རེད།

རྒྱུགས་ཆུ་ཀར་ན་ལི་རྒྱུགས་པའི་སྐད་སྒྲ་དེ་ཇི་ལྟར་ཆེ་ན་ཡང་། མཆམས་རེ་སྤྲ་གུའི་ངུ་སྐད་བརྒྱབ་པ་ཕྱི་ལོག་ལ་ཐོས་ཀྱི་ཡོད་ལ། མཆམས་རེ་བོད་སྐད་ཀྱི་ཐོག་ཐོས་པ་དང་། མཆམས་རེ་ཧུམ་ལིའི་སྐད་སྒྲ་ཐོས། མཆམས་རེ་ཨུར་དུའི་སྐད་སྒྲ་ཐོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

རྒྱུགས་ཆུ་དེའི་ཉེ་འགྲམ་ལ་ཡོད་པའི་ཨ་མ་ཆོས་གནས་ཚུལ་དེ་འདྲ་ཐོན་པའི་སྐབས། གང་གཟབ་གཟབ་དང་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྲ་གུས་ཏ་མི་གོ་བའི་ཆེད་མིག་དང་ཨམ་ཅོག་བཀབ་པ་དང་རྒྱུགས་ཆུ་ཀར་ན་ལིའི་སྟེང་གི་ཁྲག་དམར་པོས་ཁེབས་པ་དེ་མི་མཐོང་བའི་འབད་བརྩོན་གང་ཡོང་བྱས།

འོན་ཀྱང་བདུད་མོ་དེས་ཕྲུ་གུ་འདས་པོ་ཚོའི་རུས་ཁོག་སྦུར་བ་དང་རྐང་ང་འཛིབ་པའི་སྒྲ་དེ་གཤོངས་དེའི་ཁུལ་ལ་ཉིན་མ་མང་པོ་གང་སར་ཐོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

དེ་རྗེས་མི་དམངས་ཚོས་ཡུལ་དེའི་ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་བདུད་མོ་དེ་བཏུལ་ཐུབ་ཀྱི་མེད་པ་ཤེས། ཁོང་ཚོ་ལྷ་གཅེན་གཅུང་ཚོས་མི་དམངས་ཀྱིས་མཆོད་འཕུལ་གྱི་ཚུལ་དུ་འཕུལ་བའི་རྒྱུ་ནོར་དེ་དག་འདོད་རྫས་ཆེན་པོའི་ངང་ནས་ཚུར་ལེན།

ཁོང་ཚོ་རེ་རེ་ནས་རྒྱུགས་ཚུའི་གཏིང་འོག་ཏུ་འཛིང་བར་སོང་ཀྱང་། སྐབས་ཤིག་གི་རིང་དུ་བདུད་མོ་དང་འཛིངས་ན་ཡང་ཚུ་ཁར་ཐོན་ཏེ་རྐང་པ་སོགས་ལ་རྨས་སྐྱོན་ཤོར་ནས་ལོག་ཡོང་།

བདུད་མོ་དེར་རྒྱལ་ཁ་རེ་རེ་འཐོབ་པ་དང་ཁོང་མོ་ནུས་ཤུགས་ཆེ་རུ་འགྲོ་བ་དང་ང་རྒྱལ་ཡང་ཆེ་རུ་འགྲོ་གི་ཡོད།

བུ་ཚུང་ཚུང་ཨ་ཤེ་པ་རི་ཡར་གྱི་ཨ་མ་གཞོན་ནུ་མ་དེ་སྡི་ཧི་ལ་སླེབས་པའི་ཞོགས་པར་ནང་གི་ཕྱི་ལ་ཕྲུ་གུའི་གཟུགས་པོར་སྣུམ་

བཟུག་ནས་ཉི་མ་སྦྱོར་ནས་བསྡད་དུས། རྒྱུགས་ཚུའི་གཏིང་དུ་ཡོད་པའི་བདུད་མོའི་ཚང་ནས་ལྕེ་ལེབ་རིང་པོ་དེ་བརྐྱངས་ནས་བུ་ཚུང་ཚུང་གཞན་ཞིག་འཁྲམ་དུ་ཡོད་པ་དེ་འཁྱེར་ཕྱིན། ཨ་མས་དེ་མཐོང་སྐབས་ཞེད་སྣང་ཞེ་དྲག་སྐྱེས་ནས་སྐད་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་བརྒྱབ་ཙང་སྡི་ཧི་ཡུལ་དེའི་མི་གཞན་ཚོས་ཀྱང་གློ་བུར་དོ་སྣང་བསླེབས། འོན་ཀྱང་སྐབས་དེ་དུས་ཚུ་འོག་ནས་སྐད་སྒྲ་གང་ཡང་མ་ཐོས་པ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར། དེའི་ཚབ་ལ་བདུད་མོ་དེའི་སྐད་སྒྲ་ཐོས།

ཨ་མ་གཞོན་ནུ་མ་དེས་ལྷ་རམ་པལ་ལགས། ཁྱེད་ནི་ལྷ་ཚང་མའི་དཀྱིལ་ནས་རྒན་ཤོས་རེད་ལ་ཚང་མས་ཁྱེད་ལ་བཀུར་ཀྱི་ཡོད། ཁྱེད་རང་གིས་ངའི་ཕྲུ་གུ་སྐྱོབ་མ་ཐུབ་ན་གཞན་སུས་སྐྱོབ་ཐུབ། ངའི་ཕྲུ་གུ་སྐྱོབ་ཐུབ་ན་ངས་ཁྱེད་ལ་གང་དགོས་པ་དེ་ཕུལ་ཆོག་ཅེས་ངུ་གིན་ངུ་གིན་ཞུས། ལྷ་རམ་པལ་གྱིས་མ་འདོད་པའི་རྣམ་འགྱུར་ཞིག་བསྟན་ནས་རྒྱུགས་ཚུ་དེའི་གཏིང་ནང་འཛུལ།

ཡུན་ཙམ་ཞིག་སོང་བའི་རྗེས་ལ་ཡར་ཚུ་ཁར་ཐོན་ནས་ལམ་སེང་རང་ཉིད་ཀྱི་མཆོད་ཁང་གི་ཤིང་སྡོང་ཞིག་གི་རྒྱབ་ལ་ཡིབ།

ལྷ་ཧར་སྒྲིས་ཨ་མའི་བུ་ཚུང་ཨ་ཤ་ཡ་པ་རི་ཡ་གཟུགས་སུ་ཞུགས་པ་དང་ནང་གི་ཐོག་ཀའི་སྟེང་ནས་འཕུར་ཏེ་ཁོང་ཚོའི་གྲོང་པའི་གཡས་གཡོན་ལ་འཕུར་རྗེས་ལྷོ་ཕྱོགས་ཀྱི་ནས་ཞིང་སོགས་ལ་བསྐོར་ནས་མཐའ་མ་དེར་ཚུ་བོ་ཀར་ན་ལིའི་སྟེང་ལ་ལྡིང་ནས་བསྡད། ལྷ་ཧི་སྒྲི་ནས་སྐད་ཤུགས་ཆེན་པོས་བདུད་མོ་ཁྲོད། ཕྲུ་གུ་

ཚུང་ཚུང་དེ་གློད་ཅིག   དེ་མིན་ན་ང་དང་མཉམ་དུ་ཁྲིད་མ་ཤི་བར་དུ་འཛིང་དགོས་འཁེལ་གྱི་རེད་ཅེས་ཉེ་འཁོར་གྱི་མི་ཚང་མས་གོ་བ་ཞིག་བཤད།   དེའི་སྐབས་ལྷ་རམ་པལ་གྱིས་གཙུང་པོ་གཞན་རྣམས་ཀྱང་དཔལ་པོའི་དང་ཡིབ་སའི་ས་ཆ་དེ་ནས་མར་བཏོན། རེ་བ་ལ་བདུད་མོ་དེས་ཡུལ་གཞན་ནས་བསླེབས་པའི་ལྷ་ཏར་ཀྱི་ཟས་ན་སྨམ་པ་དང་། ཁོ་པ་ཚོ་བདུད་མོ་དེས་བྱ་ཐབས་གང་ཡང་མེད་པ་བཟོས་ཙང་། སྐབས་རེ་ཏར་ཀྱི་འཐོབ་ན་སྙམ།   བདུད་མོས་སྐབས་དེ་དུས་ལན་གང་ཞིག་བརྒྱབ་པ་རྣམས་རེ་རེ་བཞིན་ཡིག་ཐོག་ལ་ཕབ་ན་ཞེད་སྣང་ཚ་དྲག་ནས་དེ་ལ་ཕབ་མི་ནུས། འོན་ཀྱང་ལྷ་ཏར་ཀྱི་ནས་ལན་དེ་ཐོས་པ་དང་ཤར་རྒྱག་རྒྱུགས་ཚུའི་གཏིང་ལ་འཛུལ་ནས་དགུན་ཁའི་ཕྱི་ཟླ་གསུམ་པའི་ཉ་གང་ཟླ་བ་མ་ཤར་བར་དུ་འཛིངས།   ཁོང་གཉིས་ཚུ་ཚོད་མང་པོའི་རིང་འཐྲུག་འཛིང་ཤོར་བའི་རྐྱེན་གྱིས་རྒྱུགས་ཚུ་ཀར་ན་ལི་ཁྲག་དམར་པོའི་མདོག་ཏུ་འགྱུར།   སྔོ་ཧྲི་ཡུལ་གྱི་ལྷ་དང་མི་རྣམས་ཀྱིས་ལྟད་མོ་བལྟས་པའི་སྐབས་སུ་ཡིད་སྨོན་སྐྱེ་དགོས་པའི་ཕྲུ་གུ་དེས་ཚུ་བོའི་སྙིང་དུ་འཕུར་ནས་ཕྲུ་གུ་དམར་འབྱུར་དེ་སོ་འདྲེ་མའི་ཁོག་པ་གཤག་ནས་བདེ་ཐང་དང་ཕྱིར་བཏོན།

ཏ་ཀྱི་ཡི་མཐུ་རྩལ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་ཏ་གོ་རྐྱེན་ལྷ་སྤྱུན་མཆེད་རྣམས་འཇོམས་ནས་ཁོ་རང་ལ་སྔོ་ཧྲི་ཡུལ་ནང་གནས་སྡོད་བྱེད་སའི་ས་ཆ་སྤྲོད་དགོས་མིན་གྲོས་བསྡུར་བྱས། ཁོང་ཚོས་ཐག་གཅོད་དེ་དྲང་པོའི་དང་བྱས་མེད།  གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཁོང་ཚོའི་བསམ་བློར་ཁོ་པ་ཚོ་ནི་ལྷ་ཏ་ཀྱི་ལས་རིགས་མཐོ་བ་ཡོད་སྙམ།   འོན་ཀྱང་ལྷ་ཏར་ཀྱི་ནས་བདུད་མོ་གཏུམ་སྐྲག་ཅན་དེ་བསད་པའི་རྐྱེན་གྱིས་ཁོང་ཚོའི་བསམ་ཚུལ་འགྱུར་བ་ཐེབས། དེར་བརྟེན་ཁོང་ཚོས་མཚན་གང་གྲོས་བསྡུར་བྱས་ནས་ཟླ་བ་ཉ་གང་པའི་ཉིན་དང་པོའི་ཞོགས་པར་ཏར་ཀྱི་ཡོད་སར་བཅར།

ལྷ་རམ་པལ་ན་རེ།   ཁྱེད་ལྷ་ནུས་ཤུགས་ཅན་ཞིག་རེད་ཤགད་ཁྱེད་དེ་ལ་བསྟོད་ན་འགྲིགས།   དུས་སྟོན་སྐབས་མི་ཚོས་ང་ལ་མཆོད་འབུལ་མ་བྱས་སྟོན་ཁྱེད་ལ་མཆོད་འབུལ་བྱེད་ཀྱི་རེད་ཅེས་མ་འདོད་པའི་རྣམ་འགྱུར་ཞིག་བསྟན།   དུས་དེ་ནས་བཟུང་ཉ་གང་ཟླ་བ་མ་ཤར་བའི་ཟླ་བ་གཅིག་གི་སྟོན་ལ་ལྷ་ཏར་ཀྱི་ཡི་ཉིན་མོར་བསྐྱུང་རྟེར་ཞུ་ཡི་ཡོད།   ལྷ་ཏར་ཀྱི་ཡི་སྐུ་ཕེབས་སའི་ཕྲུ་གུ་ཨ་ཤ་ཡ་པ་རི་ཡར་འཚར་ལོངས་བྱུང་བའི་བརྒྱུད་རིམ་དེའི་ནང་གྲོང་གསེབ་ནང་གི་བདུད་དང་བདུད་མོ་མང་པོ་མཉམ་དུ་འཁྲབ་སྟོན་བྱས་ནས་ཟླ་བ་སྟོང་ཕྲག་འགའ་མཐོང་བ་དང་ཁོང་ལོ་བརྒྱ་བཅུ་གྱ་གཅིག་རིང་བཞུགས། ཁོང་གྲོངས་པའི་རྗེས་ནས་ལྷ་ཏར་ཀྱི་ནས་ཨ་ཤ་ཡ་པ་རི་ཡར་བརྒྱུད་ནས་བྱུང་བའི་མི་དེ་ཚོའི་ཁྲོད་ནས་མི་གཅིག་ལ་ལྷ་བཞུགས།   གལ་ཏེ་རིགས་མཐོ་བའི་མི་ཞིག་གིས་པ་

རི་ཡར་གྱི་མི་ཞིག་ལ་མཐོང་ཚུང་བྱས་པ་དང་གླ་ཆ་ཧག་ཧག་མ་སྤྲད་པ་སོགས་བྱས་ན་ལམ་སེང་ཁོང་ཚོར་ལྷ་བཞི་ཡིས་བཀུལ་མི་ཐུབ་པའི་བདུད་མོ་དེ་དག་ལྷ་ནུས་ཤུགས་ཅན་པ་རི་ཡའི་གཅིག་པོས་ཚར་གཅོད་པའི་སྐོར་དྲན་པ་གསོས་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། སྐྱི་ ཧེ་ཞེས་པའི་ཡུལ་དེར་པ་རི་ཡར་གྱི་རིགས་དེ་དམའ་ཞོས་ཀྱི་གྲས་སུ་བརྩི་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་ཁོང་ཚོས་བཀུར་སའི་ལྷ་དེས་དྲང་བདེན་ལ་དགའ་བ་དང་སྙོ་པོའི་རྒྱབ་རྟེན་བྱེད་པ་དང་མི་གཞན་གྱིས་དོན་མེད་བརྙས་བཅོས་བཤད་པ་དེར་མི་འབྱེར་མཁན་ཞིག་ཡོད་པ་རེད།

# The Fall of the Demoness

The god Harki was found in the village of Jaira, in Jumla district of Nepal. Here, a cow offered her milk to a quartz rock every evening. When her angry cowherd attacked the rock, it broke into three pieces and miraculously flew to three places where shrines were built for Harki.

Many centuries later, a woman of the Pariyar caste was making a long journey from her father's village of Jaira to her husband's home in the village of Thehe, which is in Humla. Sitting on a hill above a branch of the Karnali, it is the last Khas village in that direction. Hundreds of houses huddle together. Children play on rooftops joined to each other. Steps are carved into a single tree-trunk to make ladders that go from one level to another level. Families divide the same house into smaller and smaller homes rather than move to another part of the country. Often, men migrate to seek work in India and Purang in the Ngari prefecture of the Tibet Autonomous Region.

The Pariyar woman had seen the powerful gods of the so-called 'upper castes' in Thehe – the elder Rampal, with his own shrine, and his younger brothers. But, as a Pariyar, she didn't have her own god, and the god of others often behaved as the others did: they didn't respect her wishes, nor were they friendly.

'Father,' she begged, 'give me a drum, so that my son may play it and call upon a god from my village.'

Her father said, 'The drums at the shrine of Rampal are too big, but I will give you a drum from the shrine of Harki. Careful! Hide it well. Let nobody see you take it into Thehe!'

She left Jaira with a small *tyamko* drum hidden under her dress and her son in a wicker basket on her shoulders. They headed up the Karnali towards Thehe.

The travelers in her group were puzzled to hear the sound of a small *tyamko* drum beating on its own. After a few days of walking, they couldn't control their curiosity any longer. When they finally reached Thehe, they crowded at the woman's house and asked what was meant by the omen of the drum that beat on its own.

It was on the fourteenth day of the waxing moon in the month of Magh, in the deepest of winter, when villagers gathered around the young mother, the year-old boy, and the *tyamko* drum that played itself. The year-old baby had been chosen by the god Harki as his *dhami*. His name was Aashe Pariyar.

The year-old baby went into a trance and said to everybody, 'I am the god Harki from Jaira!'

But the other gods already living in Thehe were angry at the new god. What they hated the most was that Harki had traveled there with a woman of the tailor caste, and had chosen her baby as his *dhami*.

The god Rampal and his younger brothers Betal, Mashto and Banpal banded together to chase Harki away from Thehe. 'Go away,' they said to him. 'You are not needed here, neither are you welcome among us. You have insulted us by choosing to live among people of low caste.' That wasn't very polite of them. But Harki replied politely, 'I will live in Thehe with the people I choose.'

In those very days, Thehe was being terrorized by the demoness Kodiyamal, who lived in a cave deep inside the

river Karnali, just below the village. She traveled as far up north as the plains of Tibet and as far south as the plains of India to snatch children from villages along the river. As horrified villagers watched, blood gushed out of her underwater home whenever she ate a child. Even from under the fast and roaring waters of the Karnali the screams of children could be heard, some in Tibetan, some in Humli, and sometimes even in Urdu. Mothers blocked the ears of their children and tried to hide the bloody foam coloring the Karnali. But the crunching of bones and sucking of marrow echoed through the valley for many days.

The people of Thehe thought that their gods were incapable of defending them from Kodiyamal. One by one, Betal, Mashto and Banpal had greedily accepted sacrifices offered by the villagers and jumped into the river to battle Kodiyamal. But they had come running back after short battles, barely escaping with their limbs intact. With every victory over a god the demoness grew stronger and angrier.

The day after arriving in Thehe, Aashe Pariyar's mother sat massaging him in the sun when Kodiyamal stretched her tongue all the way from her cave and snatched away another child. The cries of the mother broke the hearts of everybody in Thehe. They waited in dread to hear the crunch and slurp, but no blood was seen. Instead, they heard Kodiyamal burp.

'Rampal! You are the eldest and most powerful god. You are worshipped before any other. If you can't protect my child, who can? I promise you the fattest and purest sacrifice!' the mother cried.

Rampal reluctantly entered the river to fight the demoness, but he too fled back uphill to his shrine to hide in a pine grove.

Aashe Pariyar, as the god Harki in human form, flew from his roof, over the roofs of the Pariyar neighborhood.

He flew south over fields of barley and mustard and hemp until he hovered over the Karnali.

'Kodiyamal, give up the baby, or prepare for a fight to the death!' Harki said in a clear and loud voice which everybody heard. The gods Banpal, Betal and Mashto came out of hiding to watch, half-wishing that Kodiyamal would eat this upstart god, but also hoping that Harki would kill the demoness who had defeated them.

What Kodiyamal said in reply is too horrifying to write here, but it was arrogant enough that Harki dived into the waters of the Karnali. Their fight continued until the full moon of the month of Margh shone in the winter skies. After many hours of battle inside Kodiayamal's underwater cave the river frothed with blood.

As the gods and the people of Thehe watched, the miraculous child flew out from the Karnali carrying the baby that he had torn out from Kodiyamal's belly.

Having seen Harki's strength, Rampal, Betal, Banpal and Mashto met to discuss Harki's place in Thehe. They believed themselves to be superior to Harki, but they had been proven wrong when Harki killed Kodiyamal. After debating through the night, they came to him the next day.

'You are a strong god,' Rampal said reluctantly. 'You may live here. During festivals, people will worship you before they worship me.' Ever since then, the fourteenth day of the waxing moon, a night before the main festival, has been the day of the god Harki.

Aashe Pariyar, the *dhami* for the god Harki, grew up and battled more demons from around the village, saw a thousand moons, and lived to the ripe old age of eighty-four. Since his passing, the god Harki has chosen men from among the descendants of Aashe Pariyar as his *dhami*. If a person of the so-called 'upper caste' treats a Pariyar person

rudely, or cheats them out of wages, they remember that the god of the Pariyars is a powerful god who killed a demoness who had defied their four strong gods. The caste system may treat the Pariyars of Thehe unfairly, but they have a god among them who loves justice and fights for the weak, and who doesn't accept bullying.

# རྒྱལ་སྲས་བཟང་པོ་གསུམ།

ཕྱོགས་བཞིའི་མཚམས་ཀྱི་བར་ན་རྒྱལ་པོ་བཞི་སྡོད་ཀྱི་ཡོད། ཤར་ཕྱོགས་ལ་རྒྱལ་པོ་ནང་མཁའ་བ། ལྷོ་ཕྱོགས་ལ་རྒྱལ་པོ་བ་ར་གོར། ནུབ་ཕྱོགས་ལ་རྒྱལ་པོ་ནང་སྲི་ལྷ་དང་བྱང་ཕྱོགས་ལ་རྒྱལ་པོ་ཤི་ལིང་ཚ་ཡོད། རྒྱལ་པོ་བཞིའི་ནང་ནས་ནང་མཁའ་བ་ནི་ཁ་ཕྱེ་དབང་ཐང་དང་རྒྱུ་དཔལ་འབྱོར་སོགས་སྟོབས་ཤུགས་ཆེ་ཤོས་ཤིག་རེད། རྒྱལ་པོ་དེར་ལུག་གྲངས་༧༧༠༠ཡོད་པ་དང་། གཡག་གྲངས་༥༥༠༠ དང་རྟ་གྲངས་༣༣༠༠ཡོད།

རྒྱལ་པོ་ནང་སྲི་ལྷ་ལ་བུ་ཞིག་ཡོད། བུ་དེའི་མིང་ལ་ན་ག་སྲི་ཟེར་བ་དང་། བུ་དེ་ལོ་གསུམ་ལ་སླེབས། ཁོ་རང་གི་ཨ་མ་ལགས་གྲོངས། རྒྱལ་པོ་གཅིག་པུས་བུ་གསོ་སྐྱོང་གནང་དགོས་པར་བརྟེན། ཁོང་ལ་དཀའ་ངལ་དུ་མ་ཞིག་སྤྲད། ཉིན་ཞིག་རྒྱལ་པོས་ཁོ་རང་གི་བུ་འདི་གཅིག་པུར་འཚར་ལོངས་བྱེད་དགོས་བྱུང་ན་དཀའ་ངལ་ཡོད་པས་བུ་འདི་ལ་རྩེ་མོ་རྩེད་རིགས་ཤིག་འཚོལ་དགོས་དགོངས། དེ་འདྲ་སོང་ཙང་། རྒྱལ་པོས་རས་ཁུག་གཅིག་ནང་གསེར་གང་བླུགས་པ་དང་རས་ཁུག་གཞན་ཞིག་ནང་མུ་ཏིག་བླུགས་ནས་བུ་འདི་དང་མཉམ་དུ་ཕྱི་ལ་གྲོགས་པོ་ཞིག་ཉོ་རུ་ཕྱིན། རྒྱལ་པོ་དང་ཁོང་གི་ཚིབས་ཞབས་འཁོར་གཡོག་སངས་རྒྱས་རབ་བརྟན་ཕྱི་ཞ་རྒྱ་མོ་ཞེས་པའི་ས་ཆ་ཞིག་ལ་འབྱོར། ས་ཆ་དེར་ཨ་མ་རྒན་མོ་ཞིག་དང་བུ་ཆུང་གཉིས་དང་འཕྲད། རྒྱལ་པོ་ན་རེ། ཨ་མ་ལགས་ཁྱེད་ནས་བུ་ཆུང་དེ་གཉིས་ང་ལ་འཚོང་རོགས་གནང་དང་། ང་ལ་ཕྲུ་གུ་ཞིག་ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་། ཁོ་རང་ལ་གཅེན་པོ་མེད། ངས་ཁྱེད་ལ་གསེར་རས་ཁུག་གང་དང་དངུལ་རས་ཁུག་གང་སྤྲད་ཆོག བུ་དེ་ཚོ་མི་ཚེ་གཅིག་མཉམ་ཟ་མཉམ་འཐུང་བྱས་ནས་མི་ཚེ་གང་ཕར་ཚུར་གཅིག་ཕན་གཅིག་རོགས་བྱས་ནས་བསྐྱལ་ཀྱི་རེད་ཅེས་བརྗོད། ཨ་མ་རྒན་མོ་དེས་ངས་ཁྱེད་ལ་ཕྲུ་གུ་འཚོང་ཐུབ་རྒྱུ་ཁག་པོ་རེད། ཡིན་ནའང་། སྔོན་ལ་རང་གི་རྒྱབ་ལ་ཁ་ཞིག་སློག་དང་། རྗེས་ལ་ཚུར་བལྟ་རོགས་ཞེས་བརྗོད། རྒྱལ་པོས་རྒྱབ་ལ་ཁ་ཞིག་སློག་ནས་ཚུར་ལ་ལྟ་དུས་རྒན་མོ་མཐོང་སར་མེད་པར་ཡལ།

སྤྱི་ར་བཏང་བྱས་ན་ཨ་མ་རྒན་མོ་དེ་མིག་གི་མཐོང་སར་མེད་ཀྱང་རྒྱལ་པོས་གསེར་དང་དངུལ་ཡོད་པའི་རས་ཁུག་རང་སར་བཞག་ནས་བུ་ཆུང་ཆུང་གཉིས་དེ་ནང་ལ་འཁྲིད་ཡོང་།

ད་ལྟ་རྒྱལ་པོར་ཁོ་རང་གི་རྒྱལ་སྲས་དང་དེ་མིན་སྲུ་གྱུ་གཉིས་བཅས་བུ་གསུམ་ཡོད།

བུ་གཅིག་གི་མིང་ལ་བཀྲ་ཤིས་དོན་ལྡན་དང་གཞན་དག་དེ་ལ་བཀྲ་ཤིས་དཔལ་ལྡན་ཞེས་བཏགས། རྒྱལ་པོས་བུ་གཉིས་དེར་རང་གི་སྲུ་གྱུ་ནང་བཞིན་བྱམས་སྐྱོང་དང་གསོ་སྐྱོང་བྱས། ཁོང་གཉིས་ལ་དུས་རྒྱུན་ནས་གཞན་ལ་སེམས་པ་བཟང་པོ་བྱེད་རྒྱུ་དང་སྙིང་སྟོབས་དགོས་རྒྱུ། དེ་བཞིན་མི་ཚེ་དེ་ཚུལ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་སྐྱེལ་དགོས་པའི་བསླབ་བྱ་བསྐྱོན། རྒྱལ་སྲས་དེ་དགུང་ལོ་བདུན་ལ་སླེབས་སྐབས་རྒྱལ་པོ་དེ་སྐུ་གྲོངས། རང་ཉིད་ཀྱིས་ཤིན་ཏུ་ནས་བརྩེ་བའི་ཕ་གྲོངས་རྗེས་རྒྱལ་སྲས་ཁོང་འགྲོད་གདུང་དྲག་པོས་མནར་ཏེ་ཆོས་ལ་ངེས་བྱུང་སྐྱེས།

དུས་ཡུན་ཐུང་དུ་དེའི་རིང་རྒྱལ་པོའི་དཔལ་འབྱོར་ཉམས་རྒུད་ཕྱིན། ལུག་གྲངས་༢༢༠༠ནས་གྲངས་༢བར། གཡག་གྲངས་༥༥༠༠ནས་༥ཙམ་མ་གཏོགས་ལྷག་མེད་ལ། རྟ་གྲངས་༣༣༠༠ ནས་གྲངས་༣གཅིག་བུར་ལྷག། བཀྲ་ཤིས་དཔལ་ལྡན་སེམས་ཁྲལ་བྱུང་ནས་ཆིབས་གཡོག་དང་ཁོ་པའི་སྤུན་ལ་བརྗོད་དོན། ང་ཚོའི་ཕ་དམ་པས་ང་ཚོར་ལུག་གྲངས་༢༢༠༠

བཞག་ཡོད་པ་ནས་གྲངས་༢་མ་གཏོགས་ལྷག་མི་འདུག། ངས་ཕྱི་ལ་ས་ཆ་རྩྭ་བཟང་ས་ཞིག་འཚོལ་བར་ཕྱིན་ནས་སྒོ་ཕྱུགས་རྣམས་མང་དུ་བཏང་ཆོག། ཁྱེད་ཚོས་རྒྱལ་སྲས་ལ་ཞབས་ཕྱི་ཡག་པོ་ཞུ་རོགས་ཞེས་ལབ་ནས་ཐོན།

ཡང་དུས་ཡུན་ཏོག་ཙམ་གྱི་རྗེས་ལ་བཀྲ་ཤིས་དོན་ལྡན་གྱིས་རྒྱལ་སྲས་ལ་བརྗོད་དོན། ཕ་དམ་པས་རྟ་གྲངས་ ༣༣༠༠

ཁོང་ཚོའི་ཆེད་དུ་བཞག་ཡོད་ཀྱང་། ད་ཆ་རྟ་གྲངས་༣ལས་ལྷག་མེད་པར་སོང་། ཁོང་ཚོའི་གྲངས་ཚད་མང་དུ་གཏོང་ཆེད་ཆུ་བཟང་ས་ཞིག་དང་རྩ་བཟང་ས་ཞིག་འཚོལ་དུ་འགྲོ་ཞེས་བརྗོད་ནས་ཆིབས་གཡོག་དེར་རྒྱལ་སྲས་ལ་ཞབས་ཕྱི་ཡག་པོ་ཞུ་རོགས་ཞེས་མངགས་ནས་ཕྱོགས་ལ་ཐོན།

རྒྱལ་སྲས་ཁོང་ཆིབས་གཡོག་དེ་དང་རྟ་གྲངས་ ༥དང་མཉམ་དུ་བཞུགས། བརྒྱུད་རིམ་དེའི་སྐབས་རྒྱལ་སྲས་དེས་གཡག་གྲངས་ ༥ ལ་ལྟ་སྐྱོང་ཡག་པོ་བྱས། རིག་པ་བསྒྲིམས་ནས་དཀའ་ལས་བརྒྱབ་ཅང་། ལོ་ཁ་ཤས་ཀྱི་རྗེས་ལ་གཡག་གི་གྲངས་ཚད་

དེ་༥༠༠༠བར་འཕར། ཚིབས་གཡོག་དེས་རྒྱལ་སྲས་ལ་དེ་ནི་རྟགས་མཚན་བཟང་པོ་ཞིག་རེད། མི་བཟང་པོར་འབྲས་བུ་བཟང་པོ་འཐོབ་ཅེས་བརྗོད།

རྒྱལ་སྲས་ན་རེ། ད་ཆ་ང་ཚོར་སྒོ་ཕྱུགས་སེམས་ཅན་མང་པོ་ཡོད་རེད། ཡིན་ན་ཡང་། ང་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤུན་གཉིས་དྲན་གྱི་འདུག ངས་ཁོང་ཚོ་བདེ་པོ་ཡིན་མིན་ཧ་གོ་འདོད་འདུག སྐུ་མཆེན། ཁྱེད་ཀྱིས་ཕྱི་ལ་ཁོང་གཉིས་བཙལ་ནས་ནང་ལ་འཁྲིད་ཡོང་རོགས། ཁོང་གཉིས་ལ་ད་ཆ་རྟ་དང་ལུག་ག་ཚོད་ཡོད་ཀྱང་ཁྱད་པར་མི་འདུག་ཅེས་མངགས།

ཚིབས་གཡོག་རབ་དབྱངས་ཀྱིས་རྒྱལ་སྲས་ཀྱི་བཀའ་བཞིན་ཕྱི་རུ་བུ་སྤུན་གཉིས་འཚོལ་བར་ཕྱིན། ཁོ་པ་ནང་མ་ལྷར་རྒྱལ་པོ་དམ་པས་བུ་སྤུན་གཉིས་རྙེད་སའི་ས་ཆ་དེར་འགྱོར་དུས་ས་ཆ་དེའི་གཡས་གཡོན་ལ་ལུག་ཁྱུའི་གྲངས་ཚད་༢༢༠༠ལས་མང་བ་ཡོད་པ་མཐོང་། ཁོ་པ་ཡ་མཚན་སྐྱེས་ནས་རེ་ཞིག་ས་ཆ་དེར་ངལ་གསོ་བརྒྱབ།

སྐབས་དེ་དུས་ལུག་མོ་ཞིག་ལ་ལུག་ཕྲུག་གཅིག་སྐྱེས། ལུག་ཕྲུག་དེའི་ལུས་པོ་ཡོངས་ལ་ནག་ཐིག་གིས་ཁེངས་པ་དང་སྐྲ་ལ་བུམ་པའི་སྐྲ་ཕྲུག་ཞིག་བཏགས་ཡོད། ལུག་ཕྲུག་དེས་ཨ་མར་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུག་ཕྲུག་མང་པོ་ཡོད་ན་ཡང་སྐྲ་ཕྲུག་ཡོད་པའི་ལུག་ཕྲུག་དེ་ང་གཅིག་པུ་ཡིན་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ་ཞེས་བརྗོད།

ལུག་གི་མ་ན་རེ། མགྲོགས་པོ་སྐྱིད་པའི་ཚལ་གྱི་འགྲམ་ན་མཚོ་ཞིག་ཡོད། དེར་ལྷ་མོ་མང་པོ་འཛོམས་ཏེ་སྐྲ་ལུས་སིལ་གྱི་རེད། ལྷ་མོ་ཚང་མའི་ནང་ནས་མཛེས་ཤོས་ལྷ་མོ་དོན་གྲུབ་ཟེར། ལྷ་མོ་དོན་གྲུབ་གཅིག་པུས་རང་གི་བུམ་པའི་སྐྲ་ཕྲུག་དེ་མཐོང་གི་རེད། གལ་ཏེ་ཁོང་མོ་རྒྱལ་སྲས་དེ་དང་གཉེན་སྒྲིག་བྱས་ན། དེ་ནི་ཤར་ཕྱོགས་རྒྱལ་ཁབ་ཡོངས་ལ་བྱ་བ་ལམ་འགྲོ་ཡོང་བའི་རྟགས་དང་རྟེན་འབྲེལ་བཟང་ཤོས་ཤིག་རེད་ཅེས་སྨྲས།

གློ་བུར་དུ་ལུག་གི་མ་དེ་ཧོག་ཙམ་སྒྲོགས་ཏེ་ལུག་ཕྲུག་ལ་འཇམ་པོའི་ངང་བུ་དེའི་ཉེ་འགྲམ་ལ་མི་ཞིག་འདུག ཁོ་པས་ང་ཚོའི་སྐད་ཆ་ཚང་མ་གོ་ཚོད་ཀྱི་འདུག མགྲོགས་པོ་ཐོན་འགྲོ་ཞེས་སྨྲས།

ཚིབས་གཡོག་རབ་བརྟན་གྱིས་ལུག་གི་སྐད་ཆ་གོ་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད། ལུག་གི་མའི་འགྲམ་ནས་གནས་ཚུལ་དེ་ཐོས་པ་དང་། ལམ་སེང་ལུག་ཕྲུག་དེའི་རྗར་ཤོར་ནས་བུམ་པའི་སྐྲ་ཕྲུག་དེ་བཅོམ། བྱས་ཙང་ལུག་སྟོང་ཕྲག་༥ཙམ་གྱི་སྲུབ་ལག་གིས་རྗོག་བརྗེས་བཏང་། དེ་མུར་ཚིབས་གཡོག་དེས་བཀྲ་ཤིས་དཔལ་ལྡན་རྗར་ཕྱིན་ནས་རྒྱལ་སྲས་

ཀྱིས་བཀུར་བའི་ལན་སྨྲད། བཀྲ་ཤིས་རབ་བརྟན་གྱིས་ཁོ་རང་གི་སྤྱན་བཀྲ་ཤིས་དོན་ལྡན་བཅལ་ནས་ནང་ལ་འཁྲིད་དགོས་པའི་དྲན་གསོ་བྱས།

ཚིབས་གཡོག་དེས་སྒྱུ་མ་ཐུད་ནས་རྒྱང་ཐག་རིང་པོར་བཀྲ་ཤིས་དོན་ལྡན་འཚོལ་སྐབས། ཁོང་པ་བལ་གྱིས་བཟོས་པའི་གུར་ནག་པོ་ཞིག་ནང་བསྡད་ཡོད་པ་དང་དེ་མཉམ་དུ་ཏ་གཅིག་ཙུལ་པོའི་དང་རྩྭ་ཟ་བཞིན་ཡོད་པ་མཐོང་། ཚིབས་གཡོག་རབ་བརྟན་གྱི་སེམས་ནང་ཏོག་ཙམ་མ་བདེ་བ་བྱུང་ཡང་གདོང་པ་འཛུམ་མུལ་མུལ་ཞིག་བསྟན།

ཚིབས་གཡོག་རབ་བརྟན་ན་རེ། རྒྱལ་སྲས་ནས་ད་ཆ་གཡག་གྲངས་༥༠༠༠མགོ་སྐྱབ་བྱེད་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད། ད་དུང་བཀྲ་ཤིས་དཔལ་ལྡན་གྱིས་ལུག་གྲངས་༧༠༠༠འཚོ་ཞིང་། རྒྱལ་པོ་ནི་དཔལ་འབྱོར་ཐོག་ནས་ཕྱུན་སུམ་ཚོགས་པོ་ཆགས་ཡོད། ད་ང་གཉིས་ནང་ལ་ལོག་འགྲོ། བཀྲ་ཤིས་དོན་ལྡན་གྱིས་གནས་ཚུལ་དེ་གཅིག་པུ་ཐོས་རྒྱུ་སྐྱུགས་བསྡད་པའི་རྣམ་པ་བསྟན་ཏེ་ལམ་སེང་ཡར་ལངས་ཏེ་ཚིབས་གཡོག་རབ་བརྟན་ལ་ང་གཉིས་ད་ལྟ་རང་ནང་ལ་ཐོན་འགྲོ་ཞེས་སྨྲས།

བཀྲ་ཤིས་དོན་ལྡན་གྱིས་ལམ་སེང་བྲག་རྫོ་འོད་ཆེམ་ཆེམ་བྱ་སྤྱུས་བཟོས་པ་ཞིག་གི་འགྲམ་ལ་ཏ་དེ་ཁེར་རྐྱང་བཞག་ཡོད་པ་དེའི་རྩ་ལ་ཤོར། ཚིབས་གཡོག་གིས་རྗེས་ཟིན་པ་སླེབས། ཁོང་གཉིས་རྫོ་འོད་ཆེམ་ཆེམ་དེའི་འགྲམ་ལ་སླེབས་པ་དང་བཀྲ་ཤིས་དོན་ལྡན་གྱིས་ལག་པ་གསུམ་བརྡབས་ནས་བརྗོད་དོན། ལྷ་མོ་རྣམ་མཁྱེན་མ་ལགས། ཐུགས་རྗེ་གཟིགས། རྫོ་དེས་ཁ་ཞིག་ཕྱེ་རོགས་གནང་ཞེས་བརྗོད།

རྫོ་དེ་ག་ལེར་ཁ་ཕྱེ་བ་དང་བྲག་ཕུག་ཆེན་པོ་དེའི་ནང་ནས་ཏ་རྒོད་པོ་གྲངས་༣༣༠༠འདོན་སླེབས། དེའི་རྗེས་བཀྲ་ཤིས་དོན་ལྡན་གྱིས་ཚིབས་གཡོག་ལ་ད་ང་གཉིས་ཐོན་འགྲོ། ཏ་རྣམས་ང་གཉིས་རྗེས་ལ་སླེབས་ཞེས་བཤད། བཀྲ་ཤིས་དོན་ལྡན་གྱིས་སྐྲོད་པའི་ཏ་བཞོན་ནས་དུས་ཚོད་གང་མཚམས་སོང་བའི་སྐབས། མར་བྲག་ཕུག་དེ་ལ་ཕྱིར་བལྟས་སློག་སྐབས། ཏ་ཚང་མ་བར་མཚམས་རན་པོའི་དང་རྗེས་ལ་རྒྱུགས་ནས་སླེབས།

དེ་ཚོའི་ཁ་མདོག་ནི་མཚན་མོའི་ཤིང་ནགས་ནང་གི་ནག་ཁུང་གི་མདོག་དང་། ཏ་མོའི་འོ་མའི་མདོག་སོགས་ཚོན་མདོག་སྣ་མིན་སྣ་ཚོགས་ཡོད་ཤིང་། མིག་གི་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་བདེ་བ་སྦྱིན། ཁོང་ཚོ་རྒྱལ་སྲས་ཀྱིས་དགའ་སྤྲོའི་དང་བསུ་བ་ཞུས་པ་དང་ཁོང་ཚོའི་པླ་ལགས་ཀྱི་རྒྱལ་སར་བསྡད། དེའི་རྗེས་རྒྱལ་སྲས་གསེར་གྱི་བཞུགས་ཁྲི་ལ་བཞུགས།

བཀྲ་ཤིས་དོན་ལྡན་དངུལ་གྱི་བཞུགས་ཁྲིའི་སྟེང་བཞུགས། བཀྲ་ཤིས་དཔལ་ལྡན་ཟངས་ཀྱི་བཞུགས་ཁྲིའི་སྟེང་བཞུགས།

ཁོང་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་རྒྱལ་སྲིད་བསྐྱངས། ཡིན་ན་ཡང་། རྒྱལ་ཁང་ནང་དམིགས་བསལ་གྱི་མཛེས་སྡུག་སྒྲིན་མཁན་གྱི་བཙུན་མོ་མེད་པ་དང་། ཕྱོགས་གཞན་ན་ཡོད་པའི་རྒྱལ་པོ་ཚོས་རྒྱལ་སྲས་དེའི་རྒྱུ་ནོར་དཔལ་འབྱོར་དང་དབང་ཐང་ཧེ་ཡོད་མཐོང་མེད་རྐྱེན་རྒྱལ་པོར་འཁོད་རྒྱུ་རེད། དེ་དུས་བློས་འཁེལ་ཚོག་པའི་ཆིབས་གཡོག་དཔལ་ལྡན་གྱིས་ལུག་གི་ཨ་མས་སོ་སོའི་ལུག་ཕྲུག་ལ་གང་ལབ་པ་དྲན་པ་དང་། ཁོ་པའི་ཞྭ་མོའི་ནང་ཉྲུགས་ཡོད་པའི་བུམ་པའི་སྐྲེ་ཕྲུག་དེས་ཟ་འཕྲུག་ལངས།

ཆིབས་གཡོག་རབ་བརྟན་ན་རེ། བུམ་པའི་སྐྲེ་ཕྲུག་དེ་རྣམས་ནས་ལྷ་མོ་ཞིག་བཙུན་མོར་བཞེས་ཞེས་བརྗོད།

བུ་སྤུན་གཉིས་ནས་སྐད་ཆ་དེ་ཐོས་པ་དང་གད་མོ་ཤོར། འོན་ཀྱང་། རྒྱལ་སྲས་ན་རེ། རབ་བརྟན་ནས་མི་ཚུལ་ལྡན་ཞིག་དང་དྲང་པོ་ཞིག་རེད། ད་ལྟ་བར་དུ་རྫུན་བཤད་མྱོང་མེད། ངས་ད་རེས་ཁོ་བོས་རེ་བསྐུལ་བྱས་ན། བུམ་པའི་སྐྲེ་ཕྲུག་དེ་ཁྲིར་ནས་རབ་བརྟན་གྱིས་འཁྲིལ་བརྗོད་བྱེད་སའི་ས་ཆ་དེར་ཕྱིན་ནས་གང་ཞིག་བྱུང་མིན་བལྟ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད། རྒྱལ་སྲས་ཀྱིས་བུམ་པའི་སྐྲེ་ཕྲུག་དེ་ཁྲིར་ནས་སྔོན་ལ་ཁོང་ལ་འཁྲིལ་བརྗོད་བྱས་པའི་མཚོ་དེའི་ཉེ་འགྲམ་དུ་བསྐྱོད་པ་དང་མཚོ་དེའི་ནང་ལྷ་མོ་མང་པོ་ཆུ་བརྒྱལ་ནས་བསྡད་ཡོད་པ་མཐོང་། རྒྱལ་སྲས་དེ་འཆི་བ་མི་རྟག་པ་སོང་ཙང་། ཁོང་གི་ལུས་ཀྱི་དྲི་མ་དེས་ཆུའི་ནང་རྩེ་མོ་རྩེད་ནས་སྔོན་མཁན་གྱི་ལྷ་མོ་རྣམས་ཞེད་སྣང་བྱུང་ནས་ཁོང་ཚོས་འཕུར་ཕྱིན།

དེའི་ནང་ནས་ལྷ་མོ་མཛེས་ཤོས་ལྷ་མོ་དོན་གྲུབ་དེ་གཟུགས་ཆེ་ཞིང་། ཁ་ཆུའི་ནང་ལྷག་པ་དང་ལུས་པོ་ཕྱེད་ཀ་ཆུའི་ཕྱི་ལོགས་ལ་ཐོན་ཡོད། དུས་ཚོད་གང་མཚམས་ཀྱི་རིང་རྒྱལ་སྲས་ཁོང་ཚོ་འདིའི་རྩར་སླེབས་དགོས་མིན་རྒྱུ་མཚན་ཅི་ཡིན་དྲན་པ་བརྗེད། ཁོ་པ་ལྷ་མོ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་ཡིད་དུ་འོང་བའི་མཛེས་སྡུག་གིས་མིག་ལོང་བ་བཟོས་པ་ལྟར་ཆགས།

ཡིན་ན་ཡང་། དུས་ཚོད་ཐུང་དུ་ཞིག་གི་ནང་རྒྱལ་སྲས་ལ་རིག་པ་རྙེད་དེ་བུམ་པའི་སྐྲེ་ཕྲུག་དེ་ལྷ་མོ་དོན་གྲུབ་རྩར་གཡུགས་ནས་དེ་ཁོང་མོས་འཛུས། ལྷ་མོ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་རྒྱལ་སྲས་མཉམ་དུ་ཆངས་ས་རྒྱག་རྒྱུའི་ཁས་ལེན་བྱས་ནས་རྒྱལ་སྲས་མཉམ་དུ་ཕོ་བྲང་ལ་ཡོད།

ཁོང་མོའི་མཚར་སྡུག་གི་ལང་ཚོ་དེས་རྒྱལ་སར་བདེ་སྐྱིད་ཀྱི་འོད་སྣང་ཤར།

པའི་རྒྱུ་ནོར་རྣམས་མགོ་སྐྲུབ་བྱེད་ཐུབ་པ་བྱུང་བ་དང་ལྷ་མོའི་ནང་ནས་མཛེས་ཤོས་དེ་མནའ་མར་བསླུ་ཐུབ་པའི་དགའ་ཚོར་གྱིས་རྒྱལ་སྲས་ནོར་བུ་སངས་རྒྱས་ཕོ་རང་གི་ཕྲ་ལགས་ཀྱི་སྐབས་དང་རྩིས་ན་ཕོ་རང་གིས་རྒྱལ་སྲིད་སྐྱོང་བའི་དུས་སུ་ལམ་འགྲོ་མང་བ་བྱུང་ཙང་ད་ངེས་པར་དུ་དགའ་སྤྲོའི་དཔལ་ལ་རོལ་དགོས་སྙམ།

ཆིབས་གཡོག་དང་བུ་སྤུན་གཉིས་ཀྱི་རོགས་འདེགས་ཞུས་པ་བརྒྱུད་རྒྱལ་སྲས་ཀྱིས་འཛམ་གླིང་ཕྱོགས་མཐའ་ཁག་ཚང་མའི་ནང་མགྲོན་ཤོག་བཏང་། ལྷག་དོན་དུ་རྒྱལ་པོ་དང་རྒྱལ་སྲས་ཚང་མར་རྩེད་མོའི་འགྲན་རྩོད་ཀྱི་ཐད་མགྲོན་ཤོག་བཏང་། མགྲོན་ཤོག་ནང་ཞེ་སའི་སྐད་ཡིག་གི་ཐོག་དེ་ལྟར་བྲིས་ཡོད། ཁྱེད་ཚོའི་རྟ་བཟང་ཤོས་དེ་རྣམས་འཁྲིད་ཕེབས་རོགས། བྱ་ནང་བཞིན་གནམ་ལ་འཕུར་མཁན་གྱི་རྟ་འཁྲིད་ཕེབས་ཤོག ཡང་ན་ཉ་ནང་བཞིན་ཆུ་རྐྱལ་ཐུབ་མཁན་ཞིག དེ་མིན་ན་རླུང་ནང་བཞིན་རྒྱ་ཐང་སྟེང་རྒྱུགས་ཐུབ་མཁན་ཞིག་འཁྲིད་ཕེབས་རོགས།

གལ་ཏེ་ཁྱེད་ལ་རྟ་རྒྱུགས་འགྲན་བསྡུར་དེ་འཐོབ་ན་རྟ་བཟང་པོ་བརྒྱ་ཐམ་པར་བྱ་དགའ་སྤྲོད་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཀོད་ཡོད།

བོད་ནང་གི་ས་ཆ་ག་ས་ནས་རྒྱལ་པོ་དང་རྒྱལ་སྲས་རྣམས་ཉིན་འགའ་ཞིག་གོམས་པ་བརྒྱབ་ནས་རྒྱལ་སྲས་ནོར་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྟ་ཁང་ནས་རྟ་བརྒྱ་ཐམ་པ་འཐོབ་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ཡོང་། མགྲོན་པོ་ཚོར་སྣེ་ལེན་ཞུས་པ་དང་བཞེས་ཏོག་བཀྲམ་ཚར་རྗེས་རྟ་རྒྱུགས་འགྲན་བསྡུར་དེ་ཞོགས་པ་སྔ་པོ་ཚོགས་རྒྱུ་ཡིན་པའི་ཁྱབ་གྲགས་བྱས།

གུས་ཚུལ་གྱི་ངང་ནས་རྒྱལ་སྲས་ཚུང་བ་ཚོས་རྟ་རྒྱུགས་འགྲན་བསྡུར་ནས་ཁྱུ་སེམ་གྱིས་ཕྱིར་འཐེན་བྱས། རྒྱལ་པོ་གླང་འདུལ། རྒྱལ་པོ་སྣང་འདུལ་དང་རྒྱལ་པོ་ཤར་འདུལ་གསུམ་རྒྱལ་སྲས་ཁོང་དང་འགྲན། རྒྱལ་སྲས་ཁོང་གིས་ཡབ་དམ་པའི་རྟ་མཉེས་ཤོས་དགའ་བ་ཞེས་པ་དེ་གཞོན། རྟ་རྒྱུགས་འགྲན་བསྡུར་གྱི་སྐབས་རྟ་རྣམས་མགོ་ནས་མཇུག་བར་འཕུར་ནས་མིག་བཙུམ་ཙམ་བྱས་པ་ཙམ་གྱི་དུས་ཡུན་ལས་མ་འགོར།

ལྷོ་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་རྟ་ལ་ཨང་ཀི་དང་པོ་སོན་པའི་བྱ་དགའ་ཐོབ། མགྲོན་པོ་ཞིག་ལ་ཨང་ཀི་ཐོབ་པར་བརྟེན་རྒྱལ་སྲས་ནོར་བུ་སངས་རྒྱས་ལ་གཞན་གྱིས་དྲང་པོ་མ་བྱས་པའི་རྩོད་པ་རྒྱག་ལོས་མ་བཟོས། རྒྱལ་སྲས་ཁོང་རྣམས་ཀྱིས་མགྲོན་པོར་སྣེ་ལེན་གཟབ་རྒྱས་ཞུས་རྗེན་ཁོང་ཚོར་གུས་ཞབས་དང་བསྟུགས་བརྗོད་གང་མང་འཐོབ།

མགྲོན་པོ་ཚོར་གསོལ་སྟོན་བཤམས་པའི་དུས་ཆེན་སྐབས། ཚང་མས་གཞས་དང་ཞབས་བྲོ་འཁྲབ་པ་དང་ཞལ་ལག་རྒྱག་ཚད་བཟས། ཚང་མས་དགའ་སྤྲོའི་དཔལ་ལ་

རོལ།  སྐབས་དེ་དུས་རྒྱལ་སྲས་ལ་ཆིབས་གཡོག་གིས་མི་བཟང་པོར་བྱ་བ་ལམ་འགྲོ་ཡོང་ཞེས་པའི་སྐད་ཆ་དེ་ཐོས།

ཁོང་གིས་སྟོན་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་བཀའ་ལ་རྟེ་གཅིག་ཏུ་བརྟེ་བ་དང་བུ་སྲུན་གཉིས་དང་འཆམ་པོའི་ངང་གནས་པ་དང་ཁོ་རང་གི་བཙུན་མོར་བཀུར་ཞིང་བརྟེ་དུང་བཅངས། ཁོང་གིས་ཚུལ་དང་ལྡན་པའི་མི་ཚེ་བསྐྱལ་བར་སོང་ལེགས་སྐྱེས་ཐོབ།  རྒྱལ་སྲས་ནོར་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་གི་ངང་ཆོས་བྱེད་རྒྱུའི་ཁས་ལེན་བྱས་ཡོད་པར་བརྟེན་སྟོན་པ་ཐུབ་པས་དུས་རྟག་ཏུ་ཁོང་ལ་འབྲིན་ལས་སྐུལ་དུ་གསོལ་བར་གནས།

# Three Good Princes

In the four cardinal directions were four kings: King Nangka Wa in the east, King Bada Hor in the south, King Nangsi Lha in the west, and King Shingling Tsa in the north. Of these, King Nangka Wa was the most powerful and wealthy. He had 7,700 sheep, 5,500 yaks, and 3,300 horses.

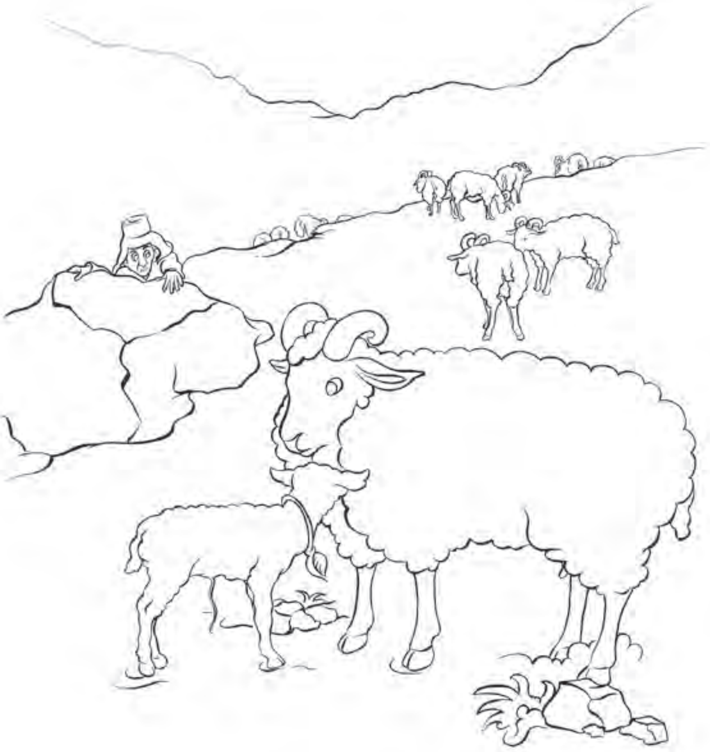
Nangka Wa has a son named Nangka Dsi, whose mother died when he was three years old. The king raised the child by himself and had a very hard time of it. One day, he thought, 'It will be very difficult for my son to grow up alone. I must find playmates for him.' So he took his son, a bag of gold and another of silver, and set off to buy a friend for his son.

The king and his footman Koryu Senge Rabdhan reached a place called Chisha Gyamo. There, they met an old woman with two boys.

'Can you please sell your boys to me? I have a son who has no brothers. I can pay you one bag of gold and one bag of silver, and the three boys can look after each other for the rest of their lives,' the king said.

The old woman replied, 'I cannot sell you these children. But please look away, and then turn back again.'

The king looked away, and turned back again. The old woman had vanished, but the two boys remained. Although the old woman wasn't there, the king left behind the bags of gold and silver and brought the two boys home.



The king now had three sons: his prince, and the two boys. One boy was named Chibun Dayu Tribung, and the other was named Luphun Norbu Tsenba.

The king treated the two boys as his own children, and they also loved him like their own father. He taught them to be loyal, brave and kind. When the prince was seven years old, the king passed away. Overcome with grief, the prince dedicated himself to the Buddha.

Soon, the king's wealth decreased. Of the 7,700 sheep, only seven remained; of the 5,500 yaks, only five remained, and of the 3,300 horses, only three remained. Luphun Norbu Tsenba became very worried. He said to his brother and the footman, 'Our father left us 7,700 sheep, but now only seven remain. I will find a fertile pasture where I can increase the flock. Take good care of the prince.'

Sometime later, Chibun Dayu Tribung said to the prince, 'Our father left us 3,300 horses, of which only three remain. I will find a place with plenty of water and grass to increase their number.' He asked the footman to take good care of the prince, and left on his quest.

The prince stayed home with his footman and the five yaks. He took care of the yaks and worked hard. After a few years, the five yaks increased to over 5,000. The footman said, 'Prince, this is a good sign. Good people are always rewarded.'

The Prince replied, 'We have plenty of livestock. But I miss my brothers. I want to know how they are. Please find them and bring them home regardless of how many sheep and horses they have now.'

Koryu Senge Rabdhan, the footman, obeyed the prince and left to find the other two brothers. When he reached Chisha Gyamo, at just the spot where the old king had found playmates for the prince, he found a flock of sheep

numbering far more than 7,700. He wondered whose flock of sheep they were, and, thus wondering, lay down to rest.

Just at that moment, a ewe gave birth to a lamb covered with spots all over its body and wearing a conch necklace. The little lamb asked his mother, 'There are so many other little lambs in the East Kingdom, but I am the only one born with a conch necklace. Why is that so?'

The ewe replied, 'Soon, many fairies will gather to bathe in the lake near Chisha Gyamo. Of them, the fairest is named Lhamo Tongduo Ma. She can be caught only with your conch necklace. And if she marries the Prince, it will be the greatest luck and brightest joy for all of the East Kingdom.'

Then, suddenly, she became alert and said softly, 'But son, there is a man here who understands our tongue. We must run away.'

Indeed, the footman Koryu Senge Rabdhan understood the language of the sheep. He jumped at the newborn lamb and captured the conch necklace and hid it in his felt hat and set off before the hooves of 7,000 sheep could trample him into the dust.

Very soon, the footman ran into Luphun Norbu Tsenba and gave him the prince's message. Luphun Norbu Tsenba said, 'Alright. I am coming home. But you should find Chibun Dayu Tribung and bring him home.'

The footman walked further on and tracked down Chibun Dayu Tribung, who was sitting inside a tent of black wool, but with just one horse lazily grazing outside the tent. Disguising his disappointment with the utmost good sense, Koryu Senge Rabdhan said to him, 'The prince now has over 5,000 yak, and Luphun Norbu Tsenba now herds over 7,000 sheep. The wealth of your father is sufficiently restored. Come, let's go home.'

Chibun Dayu Tribung sprang up, as if he had been waiting for just this news, and said, 'Yes! Let's go home right now.' He raced off on his only horse towards a rock that shimmered as if covered all over with feathers. Koryu Senge Rabdhan hurriedly followed. When they reached the feathery rock, Chibun Dayu Tribung said, 'Goddess Pacha! Please open the door for me.' He then clapped three times.

The rock opened up slowly. Inside the rock were more than 3,300 fine horses. Chibun Dayu Tribung led his father's horses out of the cave and said to the footman, 'Let's go now. The other horses will follow.'

After traveling some distance, riding the horse Chibun Dayu Tribung had given him, Koryu Senge Rabdhan turned back to look at the cave. All the horses were following them at a respectable distance. And what splendid colors they were! From the black of a midnight in the forest, to the white of mare's milk, there were horses of every color. What a wonderful sight it was!

Each of them was received warmly by the prince, and they lived together in their father's kingdom. The prince sat on a golden throne, Chinbun Dayu Tribung sat on a silver throne and Luphun Norbu Tseba sat on a copper throne. They ruled the kingdom together. But the court didn't have a queen to increase its beauty. And the prince wasn't yet a king because other kings hadn't seen his wealth and power.

Koryu Senge Rabdhan, the trusted footman, remembered the conversation between the ewe and her young lamb. 'Take this conch necklace and catch yourself a fairy for a bride!' he suggested.

Although his brothers laughed at Koryu Senge Rabdhan, the prince said, 'Koryu Senge Rabdhan has always been loyal to us. He has never told a lie. If he says so, I will

travel with the conch necklace to the land he describes, and see what happens.'

The prince set off with the conch necklace. When he reached the lake described to him, the prince saw many fairies swimming in the lake. Because the prince was a mortal, the smell of his body scared the fairies playing in the water. They suddenly flew away. But the fairest fairy of them all, Lhamo Tongduo Ma, remained behind, half in the lake, and half out of the water.

For half a moment, the prince forgot why he had traveled to the lake. He was blinded by Lhamo Tongduo Ma's beauty. But, like a flash of lightning, the prince regained his wit and threw the magical necklace around the fairy and caught her. Lhamo Tongduo Ma agreed to marry him and return with him to the palace. Her beauty and her virtues brought glory to the court.

Having regained the wealth of his father, and having found the fairest of the heavenly fairies as a wife, Nagka Dsi thought, 'My kingdom is more prosperous than it was in my father's times. I must celebrate this achievement.'

With the help of his footman and his brothers, the prince sent out invitations to all known corners of the world, inviting kings and princes to come to a tournament. 'Bring your best horses,' the invitation said in polite language, 'Bring horses which can fly like a bird in the sky, or which can swim like a fish in the river, or which gallop like the wind sweeping over the grassland. If your horse wins the race, I will reward you with a hundred more horses that are just as magnificent.'

Kings and princes from across Tibet gathered within a few days to win a hundred horses from the prince's stable. After welcoming the guests and serving them a feast, the prince announced that the race would start early in the morning.

Out of respect, the young prince's brothers did not participate in the race. Only the four kings of the four directions would compete. King Bada Hor, King Nangsi Lha, and King Shingling Tsa would race against the prince. The prince rode Zagar Lheqin, the old king's favorite horse. When the race began, the horses flew from start to finish in the time it takes for the eyes to blink. But it was the horse belonging to the King of the South which won the prize. Because a guest had won the competition, nobody could accuse Nagka Dsi of being ungracious. The laughter of guests enjoying his hospitality brought much honor to the house of the prince.

At the feasts held in honor of the guests, the host and his guests sang and danced and ate to their heart's desire. Everybody was very happy with their lives. The prince remembered what his footman had said – 'Good people are always rewarded.' He had devoted himself to the Buddha, treated his adopted brothers fairly, and shown respect and love to his queen. He was being rewarded for his good conduct. The prince vowed to always be virtuous so that the Buddha would always bless him.

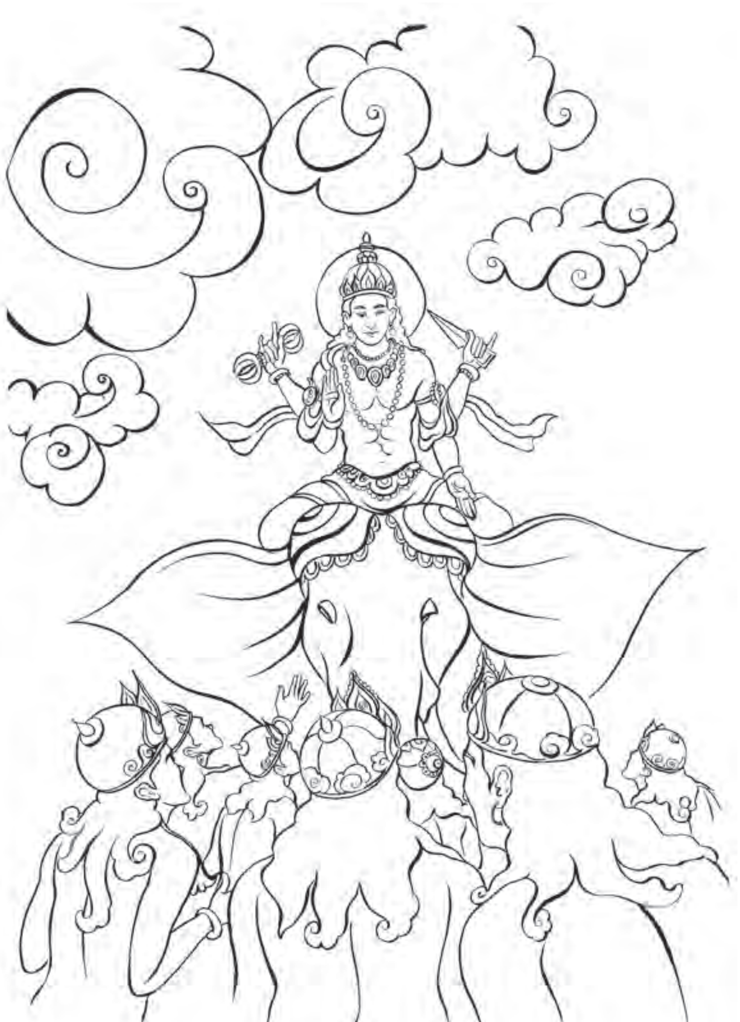
# ལྷའི་ཞིང་ས་ལྤེ་ཕ་བྲུ་མི།

ཏུམ་ལ་ཞེས་པའི་ས་ཆ་དེ་བལ་ཡུལ་སྟོད་ཀྱི་གཡོན་ཕྱོགས་ཀྱི་ཟུར་ཞིག་ལ་གཞིས་ཆགས། དེའི་བྱང་ཤར་ཁུལ་དུ་བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་ཀྱི་མངའ་རིས་ས་གནས་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནུབ་ཕྱོགས་སུ་ཨུ་ཏ་ར་ཁན་ཞེས་པའི་རྒྱ་གར་གི་མངའ་སྡེ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། རྫ་ཆེན་གྱི་གཙང་ཆུ་ཀར་ན་ལི་དང་པོ་བོད་ནས་འབྱུང་བ་རེད། གཙང་ཆུ་དེ་ཏུམ་ལ་བརྒྱུད་ལྷོ་ཕྱོགས་ནས་རྒྱ་གར་ནང་གི་རྫ་ཆེན་ཆུ་བོ་གནྒའི་ནང་མཉམ་བསྲེས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཧིན་རྡུ་དང་བོན་པོ། ནང་པ་སོགས་ས་ཆ་དེར་གཞིས་ཆགས་ནས་གནས་ཡོད་པ་རེད། རི་བོ་རྣམས་སྦུ་ཧྲིག་གི་གཙུག་ཏོར་གྱི་རྒྱན་ཞིང་ཏུམ་ལ་ཡུལ་ནི་སྤང་ལྗོངས་རྭ་བས་བསྐོར་ཞིང་བྲག་རི་སོགས་ཀྱང་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད།

འགའ་ཞིག་ཞིང་པ་དང་འགའ་ཞིག་ཚོང་པའི་ལས་ལ་ཞུགས་ནས་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་རྒྱ་གར་སྨམ་ས་ཆེན་པོ་ནས་དར་ལམ་བརྒྱུད་ནས་བོད་ལ་འཁྲིམ་འགྲུལ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ཏུམ་ལར་སྒྲུང་གཏམ་མང་ཞིང་གྲོང་ཚོ་རྣམས་ལ་ས་ཆ་རེ་རེ་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་སེས་པོ་རྣམས་དང་དཀོན་མཆོག་ལ་མཆོད་པ་བྱེད། ཏུམ་ལའི་ནང་གི་ཧིན་རྡུའི་ཚོང་པ་ཚོས་ལྷ་བཅུ་གཉིས་ལ་དད་པ་བྱེད་ཅིང་། དེ་རྣམས་ནི། རམ་པལ། ཏ་རི་པལ། ཐན་ཏ་པལ། བན་པལ། མ་དུམ་པལ། ཤན་ཀ་པལ། ཀལ་ཤི་ཏ། གུ་ར་ བེ་དེལ་ ཤུག་ལྷ་ཏན་ས་དར་ཏེ་མ་ཤེ་ཏོ་དང་ཁེང་ཚོའི་གཙུང་མོ་བ་ཏ་ཛྙ་ནི་སོགས་ལ་མཆོད་པ་བྱེད།

གཞན་ཡོ་ཏ་ཟུར་ལན་གོ་དང་ཏར་སྐྱི་སོགས་སྤྱན་གཅེན་གཙུང་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་མིང་སྲིད་ཏུམ་ལའི་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་མཆོད་ཁང་ནང་ལྷ་འདྲ་མིན་ཡོད་བཞིན་གྲོང་གསེབ་ཆེ་ཁག་སེ་མི་ཀོ་དྲི་དང་ཐེ་ཧི་སོགས་ལ་ལྷའི་སྐུ་འདྲ་སོགས་གྲོང་གསེབ་གཞན་ལས་མང་བ་ཡོད།

ལྷ་དང་ལྷ་མོ་རྣམས་མིའི་རྣམ་པའི་ཚུལ་དུ་འབྱུངས་པ་དང་དེ་བཞིན་ལྷ་རིག་པའི་སྐད་ཤེས་མཁན་ཞིག་ལ་དང་རིར་བསྐོ་བཞག་བྱས་ཅིང་དང་རི་ཞེས་པ་དེས་མི་རྣམས་ཀྱི་



རེ་འདོད་དང་སྨོན་ལམ་སོགས་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་ཆེས་ལྷ་སྐད་ལ་བསྒྱུར་གི་ཡོད། ཧྲུ་མ་ལའི་ཡུལ་གྱི་མི་དམངས་རྣམས་ཀྱི་སྐད་ཆ་རྣམས་ལྷ་སྐད་དུ་བསྒྱུར་གྱི་ཡོད།

དུས་འདི་དངོས་སུ་མ་ཆགས་པའི་སྔོན་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ལྷ་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་མཚོ་མ་ཕམ་དང་གངས་ཏི་སེ་རི་བོ་ཆགས་ཚུལ་གྱི་སྐོར་ལ་གོ་གི་ཡོད་པ་དང་ཁོང་ཚོས་གཙེན་པོ་རྒྱན་ཤོས་ལྷའི་དབང་པོ་ཨིན་དི་ར་ལ་(Indra)ས་ཆ་རྒྱ་ཆེན་དེ་ལ་གནས་འཇལ་ལ་འགྲོ་རྒྱུའི་ཚོག་མཆན་ཞུས་ཡོད་པ་རེད།

ཁོང་ཚོས་རྒྱ་ཆེན་མཚོ་མོའི་ནང་སྐྱ་ལུས་སིལ་པ་དང་དེའི་སྟེང་དུ་ཞབས་ཀྱིས་བཙགས་ཏེ་འཛིག་རྟེན་བཀོད་པ་པོ་ལ་བསྟོད་པ་ཕུལ་ཡོད།

འོན་ཀྱང་ཁོང་ཚོ་རང་ཡུལ་ལ་འགྲོ་བའི་ལམ་བར་ལ་སྲིན་པོ་དང་རྐྱེ་ཆན་གྱིས་འཇུས།

ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་སྲིན་པོ་རྣམས་ཕམ་པར་མ་བྱས་བར་ལོ་རྡོ་སྟོང་ཕྲག་གཅིག་རིང་དམག་བརྒྱབ་ཏེ་ཁོང་ཚོས་སྲིན་པོ་ཚོའི་མགོ་བཅད་པ་དངགཟུགས་པོ་བཅད། དེ་ཚོ་རྒྱང་ཐག་ལེ་དབར་མང་པོས་མཚམས་སུ་བཞག

སྲིན་པོ་དེའི་ཁྲག་གི་རྐྱེན་པས་ད་ལྟ་བོད་ཀྱི་ས་ཆ་ཏག་ལ་ཀོ་ཀྲི་ཞེས་པ་དེའི་ས་ཆ་དམར་པོར་འགྱུར་ཡོད།

རྗེས་ལ་ལྷ་རྣམས་རང་ཡུལ་ལ་འབྱོར་དུས་ཁོང་ཚོས་ལྷ་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་ལ་ཁོང་ཚོ་ལོ་རྡོ་སྟོང་ཕྲག་གཅིག་རིང་བཙོན་ལ་ཚུད་ནས་གྲོད་པ་སྟོང་པར་ལྟག་རྐྱེན་ཟ་རྒྱུ་དང་འཐུང་རྒྱུ་མགྱོགས་མྱུར་གནང་རོགས་ཞེས་རེ་བསྐུལ་ཞུས་ཡོད།

ཨིནདྲེ་རེས་ཁོང་ཚོ་ཧྲུམ་ལའི་ས་ཆ་དེར་ཕྱིན་ནས་ཨིན་དི་རིའི་བཀའ་བཞིན་མི་ངན་པ་ཚོར་ཉེས་པ་བཏང་རྒྱུ་དང་མི་བཟང་པོ་ཚོར་ཕན་པ་བསྒྲུབས་ཤོག་ཅེས་བཀའ་མངགས་གནང་། ཧྲུམ་ལའི་མི་དམངས་ཚོས་ཞིང་འབྲས་དང་རྒྱུ་ནོར་གཞན་མང་པོ་བློས་གཏོང་བྱེད་སྲིད།

ལྟག་པར་དུ་ཁོང་ཚོར་སྦྲུ་གུ་དགོས་ན་སྦྲུ་གུ་སྦྱིན། ནོར་ཕྱུགས་དགོས་ན་ནོར་ཕྱུགས་སྦྱིན། ཁོང་ཚོས་དེ་ལྟར་མ་བྱས་ན་ལམ་སེང་བར་ཆད་ཐོངས། ཁོང་ཚོས་རང་འགྱུལ་མཆོད་པ་འབུལ་བྱེད་པ་དང་ཁ་ལག་བསྐྱེར་བ་སོགས་བྱས་ན་ཁོང་ཚོའི་ནད་རྣམས་སེལ་ཞེས་བཀའ་མངགས་གནང་།

དེ་ཐོས་པ་དང་ལྷ་རྣམས་མཉེས་ཏེ་ལྷ་ཡུལ་ནས་ན་སྒྲུལ་ནང་གི་ཏིལ་ས་ཞེས་པའི་ས་ཆ་དེར་ལྷ་རྣམས་འཕུར་ནས་སླེབས།

ཆུ་མིག་ཁྲུང་བུ་དགུ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་ཆུ་རྣམསའཐོར་ཞིང་དེའི་འོག་ཁོང་རྣམ་པས་སྐྲ་ལུས་སིལ་བ་དང་ཁོང་ཚོས་ཧྲུམ་ལའི་ནང་ཞབས་བྲོའི་དབྱིངས་ལ་ཚུད་ཅིང་ཧྲུམ་ལའི་གྲོང་གསེབ་གང་སར་གནས་སྤོ་བྱས། ཁོང་ཚོས་ལྷའི་སེམས་ནང་བཞུགས་ཀྱིན་བཞུགས་ཀྱིན་ཞབས་བྲོ་འཁྲབ་པ་དང་གླུ་ལེན་པ་སོགས་ཨིན་དི་རའི་བཀའ་བཞིན་སྒྲུབས། དེ་བཞིན་འབངས་མི་དམངས་ཚོས་ཀྱང་རང་ཉིད་ཀྱི་བློས་གཏོང་ཚོད་ཀྱིས་འབྲུ་རིགས་དང་ལྷ་རྣམས་ལ་ལས་ངན་པ་མི་བྱ་བའི་ཁས་ལེན་བྱས།

ཧྲུང་ལའི་ཡུལ་གྱི་ལྷོ་ཕྱོགས་ལ་དབང་ཤུགས་ཅན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཞིག་ཡོད། ཁོ་ནི་ལྷ་ཁྲབ་འཇུག་གི་རྣམ་སྤྲུལ་ཡིན་ཞིང་། ཁོས་ཧྲུམ་ལའི་ནང་ལྷ་མི་ཚོས་ངོ་མཚར་ཅན་གྱི་འཁྲབ་སྟོན་བྱས་པར་བརྟེན་འབངས་མི་དམངས་ཚོས་ཁོང་ཚོར་ནོར་གྱི་སྦྱིན་པ་བཏང་བ་ཤེས། རྒྱལ་པོར་འབྲས་ཀི་ལོ་རྒྱ་མ་ཕྱེད་ཙམ་སྤྱོད་པའི་ཚད་ཙམ་ལྷ་མི་རྣམས་ལ་སྤྲད་པ་ཤེས་རྗེས་རྒྱལ་པོ་ཁོང་ཁྲོ་ལངས། དེ་ནས་

ཧྲུམ་ལའི་ཡུལ་མི་ཚོས་ལས་བཟང་པོར་བརྟེན་པ་དང་ལས་ངན་ པ་བྱེད་མཁན་རྣམས་ལ་ཉེས་པ་བཏང་བ་ཤེས་རྗེས་མ་སྐྱིད་པ་ཞེ་དྲག་ཆགས་པའི་རྒྱུ་རྐྱེན་ནི་ནམ་རྒྱུན་རྒྱལ་པོས་གང་བྱས་པ་མ་གཏོགས་མེད་པའི་ཁྲིམས་ཤིག་ལ་ཚང་མས་ངོས་འཛིན་གྱི་ཡོད་པ་རེད།

ཁོ་པས་དམངས་ནས་ཁྲལ་ཧེ་ཙམ་ཞིག་བླངས་པ་དེ་ཁོ་པ་གཅིག་པུས་མ་གཏོགས་བླངས་མི་ཐུབ་སྐམ་ཡང་རྗེས་ལ་ལྷ་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཡུལ་དེའི་བུ་དང་བུ་མོ་སུ་ཡིན་རུང་སྤྱོད་མའི་ཁྲིམས་དེ་རང་ཅག་སྲུང་དགོས་པའི་བཀའ་རྒྱ་བཏང་། རྒྱལ་པོ་ན་རེ། ལྷ་མིའི་ངོ་བོ་འཛིན་ནས་མི་སུ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་སྤྱོད་ཀྱི་ལམ་ལུགས་དེར་བསྒྱུར་བཅོས་གཏོང་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་དང་དེ་དག་སུ་མ་ཐུབ་རྒྱུད་འཛིན་བྱེད་དགོས་པ་ནན་བསྐུལ་བྱས། ཁོང་ཁྲོ་ཆེ་བའི་རྒྱལ་པོ་དེས་འཇིགས་སྐྲག་ཆེ་བའི་དམག་མི་བཏང་ནས་ལྷ་མི་རྣམས་འཛུས་ནས་དེ་རྣམས་རྒྱལ་སར་འཁྲིད་ཤོག་ཅེས་བཀའ་བཏང་། དོན་དོ་མར་ཁྲབ་འཇུག་གི་རྣམ་སྤྲུལ་རྒྱལ་པོ་དེས་ལྷ་མི་རྣམས་འཛུས། རྒྱལ་པོ་ན་རེ། ཁྱེད་ཚོ་ངའི་མི་སེར་དང་མཉམ་དུ་སྤྱོད་སྲུས་ཟེར་གྱི་འདུག་གམ།

ངའི་མི་སེར་གྱི་རྩ་ནས་རྒྱུ་ནོར་སྲུས་ལེན་ཟེར་གྱི་འདུག་གམ་ཞེས་འཇིགས་སྐྲག་ཆེན་པོའི་ངང་དྲིས། ཁོང་ཚོས་བརྗོད་དོན་ང་ཚོའི་གཙན་པོ་ཨིན་དི་ར་ཡིས་ཧྲུམ་ལའི་ཡུལ་ལ་སོང་ནས་འབངས་རྣམས་སྐྱངས་འཛིན་བྱས་ན་འགྲིག་ཅེས་ལབ།

རྒྱལ་པོ་ད་དུང་ཡང་ཁོང་ཁྲོ་ལངས་བསྡད་ཡོད་པ་ཤེས་རྗེས། ལྷ་མིའི་ནང་གི་གཅིག་གིས་གྲོ་ཞིབ་སྦྲར་མོ་གང་བཙིར་ནས་དེ་གོ་ཐལ་ནག་པོ་བཟོས་ནས་ཁོ་བོའི་མིའི་

ལུས་ནང་ནས་ལྷའི་མཐུ་རྩལ་ངོམས། ། རྒྱལ་པོ་རང་ཉིད་ཀྱང་ལྷ་ཁྲིབ་འཇུག་གི་རྣམ་སྤྲུལ་ཡིན་པར་སོང་། ། དབང་ཐང་ཆེ་ལ་མཐུ་རྩལ་ལ་འགྲན་ཟླ་མེད།

ཁོ་པས་བ་རའི་ནང་གྲོ་ཞིབ་སྦྲར་མོ་གང་འཁྱེར་ནས་དེ་གོ་ཐལ་ནག་པོར་སྒྱུར།

རྒྱལ་པོ་ཁོང་ཁྲོ་ཆེན་པོ་ལངས་ཏེ་ལྷ་མི་ཚོས་རང་འགྱུལ་དང་ནས་ཁོ་པ་ཚོར་འཛོན་ཐང་མེད་པ་དང་ཐབས་སྐྱོ་པོ་ཡིན་པ་ངོས་ལེན་བྱེད་དགོས་པའི་རྣམ་འགྱུར་བསྟན། དེ་ནས་རྒྱལ་པོས་བཤད་པར། ། ཁྱེད་ཚོས་མཐུ་རྩལ་ཆུང་ཆུང་དེ་བསྟན་ནས་ང་ལ་འགྲན་ཐོད་དམ་ཞེས་ངར་ཤུགས་ལྡན་པའི་ངང་བཤད།ལྷ་མི་གཞན་ཞིག་གིས་ནས་སྦྲར་མོ་གང་འཁྱེར་ནས་དེ་གྲོ་ཞིབ་དམར་པོ་སྦྲར་མོ་གང་ལ་འགྱུར།

དེ་རྗེས་གཏུམ་སྐྲག་ཅན་གྱི་རྒྱལ་པོས་ལྷ་མིས་གང་བྱས་པ་ཇི་བཞིན་བྱས། ། ལྷ་མིས་འབྲུ་སྦྲུམ་སྦྲར་མོ་གང་ས་སྦྲུམ་མ་འདོན་བར་དུ་བཅིར། ། རྒྱལ་པོས་ཀྱང་ཁྲིལ་གད་དང་ཨོག་ཆེམ་དེ་ལ་མཇུ་བ་མོས་བྱུར་བྱུར་བྱས་ནས་ལྷ་མིས་བྱས་པ་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་བྱས་དེ་ལྟར་རྒྱལ་པོས་ད་ཁྱེད་ཚོའི་ཐབས་བྱུས་རྫུན་མ་དེ་ཚོ་བརྟོན་ཡག་འགྲིག་སོང་ཞེས་ཧུམ་ལའི་ནང་ལ་གནས་པའི་ལྷ་མི་དེ་ཚོར་བཤད། རྒྱལ་པོས་ཁྱེད་ཚོ་ལྷའི་རྣམ་སྤྲུལ་ཡིན་ལབ་རྒྱུ་དེ་མཚམས་འཇོག་བྱེད་དགོས། ། ཁྱོད་ཚོར་དབང་ཤུགས་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། ང་ལ་མེད་པ་དེ་ཚོ་ཁྱེད་ཚོ་ལ་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། བྱས་ཙང་། ། ཁྱོད་ཚོས་ངའི་མི་སེར་ནས་ཁྲལ་ལེན་ཡག་དེ་དང་ཁོང་ཚོའི་བསྲུང་བྱའི་ལམ་ལུགས་ཐད་ཟེ་བྱུས་བྱེད་རྒྱུ་དེ་མཚམས་འཇོག་བྱེད་དགོས་ཞེས་བཤད།

འོན་ཀྱང་ལྷ་མི་རྣམས་ཀྱི་མཐུ་རྩལ་གྱི་ནུས་པ་བརྟོན་ཡག་དེ་རྫོགས་མེད། ། ཁོང་ཚོས་ཟངས་ཀྱི་ཇ་མའི་ནང་སྦྲུམ་བསྐོལ་ནས་སྦྲུམ་འཁོལ་བ་དང་ལྷ་མི་གཅིག་གིས་སྦྲུམ་ཚ་པོ་དེ་དག་མཆོའི་ནང་གི་ཆུ་འཁྲུག་པ་གྲང་མོ་འཐུང་བ་ནང་བཞིན་འཐུང་དུས།

རྒྱལ་པོས་ཀྱང་ཟངས་ཀྱི་ཇ་མའི་ནང་གི་སྦྲུམ་ཚ་པོ་དེ་དག་ཡར་བསྐྱུག་ཀྱང་འཐུང་མི་ནུས་པས་ཁ་སྐྱེངས་པོ་ཆགས།

མཐའ་མ་དེར་རྒྱལ་པོས་ཁོ་ཚོའི་མཐུ་ནུས་ལ་འགྲན་མ་ཐོད་པ་ཤེས་ཏེ་ཁོང་ཚོར་ཁྱོད་ཚོ་ང་ལས་ལྷག་པ་འདུག་ཅེས་བཤད་ནས་ཁོང་ཚོར་ལྷའི་དབང་ཐང་བེད་སྤྱད་ནས་ཧུམ་ལའི་ཡུལ་དེ་སྐྱོང་དགོས་ཞེས་ཁོ་པའི་དབང་ཐང་ཁོང་ཚོར་སྤྲད། ཁོ་པས་བརྗོད་དོན་ང་ལྷ་ཁྲིབ་འཇུག་གི་རྣམ་སྤྲུལ་ཡིན་དུས་ང་ཁྱེད་ཚོ་ལས་རྒན་པ་ཡོད་ཙང་། ། ཁྱེད་ཚོས་རྒྱལ་ཁྲིམས་དེ་ལ་བརྩི་སྲུང་ཐོག་ཧུམ་ལ་འཛིན་སྐྱོང་བྱེད་རོགས།

ངས་བཟོས་པའི་ཁྲིམས་དེ་ངན་པ་ལ་ཉེས་ཁྲིམས་གཏོང་རྒྱུ་དང་བཟང་པོ་ལ་ཕན་ལན་འཇལ་རྒྱུ་དེ་ལག་བལྟར་བྱེད་རོགས།

ཁྲོད་ཆོས་ངེས་པར་དུ་མི་སེར་སྐྱ་ཡིན་རུང་གནོད་པའི་རིགས་བཀྲུ་མ་ཀྲུ་བ་དང་དྲང་པོ་མ་བྱེད་པར་མི་གཞན་སླུ་བའི་ལས་ལ་མ་བཞུགས་རྒྱུ་མེད་ཅེས་ནན་གྱིས་བཤད། སྐབས་དེ་དུས་ལྷ་མི་རྣམས་ལྷ་ཕེབས་ནས་ལྷ་སྐད་ཐོག་ཁྲིད་རང་རྒྱན་པ་རེད། ང་ཚོ་གཞོན་པ་རེད་ཅེས་ཚང་མས་ཁས་ལེན་ཞུས། ང་ཚོས་སྔོན་མའི་ཁྲིམས་དང་ལམ་ལུགས་རྣམས་ལུགས་མཐུན་དང་རྒྱུན་འཛིན་བྱས་ཆོག་ཅེས་ཚང་མས་ཁས་ལེན་ཞུས།

ང་ཚོས་མཚོ་མ་ཕམ་ནང་ལུས་འཁྲུས་པ་དང་ཉེ་འདབས་ཀྱི་རི་བོ་གངས་དཀར་ཏི་སེ་ལ་བཀྟི་སྐྱུང་ཞུས་ཆོག་ཅེས་བཤད། ང་ཚོར་མི་དབང་བ་དང་མི་ཐོབ་པ་ཚང་མར་ཁས་ལེན་མི་བྱེད་ཅེས་བརྗོད། དུས་དེ་ནས་བཟུང་ཡུལ་དེར་ལྷ་ཞེས་ལབ་གསོལ་ཡོད་ལ་དེ་ལ་རྒྱལ་པོའི་ལམ་ལུགས་རྒྱུན་འཁྱོངས་བྱས་ཡོད་ཧྲུམ་ལ་ཞེས་པ་དེར་ལྷ་ཁྲིམས་སྐྱུང་བཀྟི་ཞུས་ཡོད་པ་དང་དེ་ལ་ལྷེ་ཕ་བུ་མིའམ་ཡང་ན་ལྷ་ས་ཞེས་བརྗོད།

# Godsland: Devbhumi

Humla is at the top left corner of Nepal. To its north is the Ngari province in the Tibet Autonomous Region of China, and to its west is Uttarakhand, a state in India. The river Karnali originates in Tibet, flows through Humla, and travels south into India to join the river Ganga. Buddhists, Bönpos and Hindus live here. Great snowcapped peaks, beautiful grasslands and steep mountains are seen in Humla. Some people are farmers, and some are traders who have historically connected the plains of India to the Silk Route that passed through Tibet.

Humla is rich in stories. Every village has sacred spaces where ancestors and gods are worshipped. The Hindus of Humla worship the twelve gods, namely Rampal, Haripal, Ghantapal, Banpal, Madhumpal, Shankhapal, Kalshilta, Gura, Betal, Shuklahansa, Daarhe-Mashto and Dudhe-Mashto. Bhawani, who is their sister, is also worshipped. Others like Lauhasur, Lhango and Harki are nephews of the twelve brothers.

Each village in Humla has shrines for various gods. Big villages like Simikot or Thehe may have more gods than other villages with fewer gods. Each god or goddess is born in human form as a *dhami* shaman. Another person trains to become the interlocutor *dangri*, who speaks the ancient language of the gods. The *dangri* translates the prayers and

wishes of the people for the gods, who take their *dhami* into a trance and listen to prayers. The *dangri* also translates the speech of the gods for the people of Humla.

In the time of gods, before time had become real, the twelve gods heard about the creation of the Mount Kailas and the Lake Manasarovar. They asked their eldest brother Indra, who was the king of the heavens, for permission to visit the sacred pilgrimage sites. They bathed in the holy lake and walked around the holy mountain and sang praises of the Creator. But on the way home, they were captured by the demon of Dangechin. The gods fought the demon's army for a thousand years before defeating him. They threw his head many kilometers away from his body. The soil around Taklakot in Tibet turned red from the demon's blood.

The gods returned to Indra and said, 'We have been hungry and thirsty for a thousand years. Give us food and drink!'

Indra replied, 'Go to Humla. Protect my rule there by punishing evil and rewarding good deeds. So that the people may offer you sacrifices and a part of their harvest, bless them with children and cattle, or make them ill. When they pray to you and offer you food and drink, heal their diseases!'

This pleased the gods. They descended from heaven to Naumule, in Hilsa. After bathing in a holy spring with nine fountains, they danced into Humla to live in various villages. They danced and sang through their *dhamis* and kept the law of Indra. In exchange, the people of Humla sang their praise, offered sacrifices and grains, and promised to be good.

A powerful king ruled over the empire of Jumla, which is to the south of Humla. He was the incarnation of Vishnu. He heard of the miracles being performed in Humla by the *dhamis*, for which the people of Humla made offerings. The half-kilo of rice offered to *dhamis* and *dangris* for making it possible to

talk to the gods also made the king angry because he believed that only a king could collect taxes and accept offerings.

The king became even angrier when he heard that the gods of Humla also rewarded good behavior and punished bad behavior, because justice could come only from the king. The gods made sure that men and women, and people of each caste, lived according to ancient rules. Everybody had a place in the hierarchy of society, which could never change, no matter what happened. As incarnations of the gods, the *dhamis* enforced these rules.

So, the angry king of Jumla sent his fearsome soldiers to arrest the *dhamis* of Humla and bring them to his court. Or, as the *dhamis* of Humla say, Vishnu's incarnation arrested the incarnation of the gods.

'Who gave you permission to live among my people? Who gave you the right to take offerings from my subjects?' the king growled at the *dhamis*.

'Our brother Indra sent us to Humla. He said we could rule over the people of Humla.'

When the *dhamis* saw that the king was still angry, one of them took a fistful of barley and crushed it into black powder to show the power of the god who lived in his body.

But the king was also full of great power as the incarnation of Vishnu. He also crushed barley into black powder with his bare hand.

'You dare challenge me with these simple tricks?' the king roared in anger. He was proud, and he wanted the *dhamis* to say that they were weak and worthless.

Another *dhami* took a fistful of barley and crushed it into red flour. The haughty king did the same. Next, the *dhami* crushed a fistful of sesame seeds until oil flowed from his fist. The king laughed and twirled his moustache, and he also made oil from sesame with his bare fist.

The *dhami* grabbed a rock and crushed it with divine power into dust, but the king also did the same.

'Enough of these tricks!' the king of Jumla shouted at the *dhamis* from Humla. 'You will stop claiming that you are the voice of the gods! You don't have any power that I don't have. You will stop accepting offerings and dispensing justice!'

But the *dhamis* hadn't finished showing their strength. They heated oil in a large copper pot. Once the oil boiled, a *dhami* drank the hot oil like it was water from an ice-cold lake. The king lifted the hot pot of oil, but he didn't have the courage to drink it.

'You do have powers greater than mine,' the king finally accepted defeat. 'You may rule in Humla as the voices of the gods. I am the incarnation of Vishnu. Therefore, I am your elder. So, you shall keep my laws in Humla. You shall reward good deeds and punish evil deeds according to my laws. You won't allow anyone to commit adultery or theft, or to deceive anybody.'

'You are the elder, and we are the younger,' said the gods through the *dhamis*. 'We shall reward and punish according to the ancient laws. We shall bathe in Manasarovar and pay our respects to Kailas by walking around the sacred mountains. We shall never accept anything that doesn't belong to us.'

Forever since then, Jumla has been known as *Vishnubhumi*, where the king's laws apply. Humla, where the *dhamis* uphold the rules of the gods, is known as *Devbhumi*, or, the land of gods.

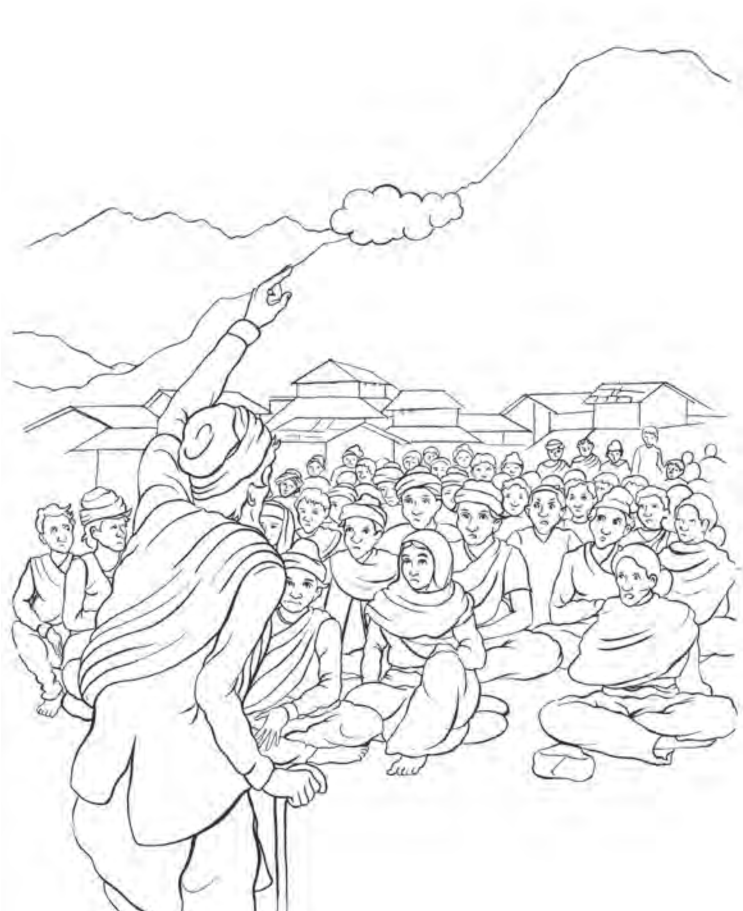
# མེས་པོ་སྤྱང་པོ།

ད་ལྟ་བར་དུ་ལོ་རྒྱུས་དང་རྒྱལ་རབས་ནང་རྒྱལ་པོ་རིམ་བྱུང་གི་ལོ་རྒྱུས་འཁོད་པ་ལས་མི་སེར་དཀྱུས་མ་ཚོའི་སྐོར་ལ་གང་ཞིག་བྱུང་མིན་འཁོད་ཀྱི་མེད། ལོ་རྒྱུས་ནང་རྒྱལ་ཁག་གཉིས་དབར་འཐུག་འཛིང་ཤོར་སྐབས་དམག་མི་དང་། མི་སེར་རྣམས་ཀྱི་ཚེ་སྲོག་གྲངས་མེད་ཤོར་ཀྱི་ཡོད།

ལོ་ངོ་ཉིས་བརྒྱའི་སྔོན་ཏེ་མ་ལ་ཡའི་ལྷོ་ཕྱོགས་སུ་གནས་ཡོད་པའི་བལ་ཡུལ་གྱི་ས་གནས་ཐྨར་ཕལ་ཞེས་པར་གོར་༩༡འི་དམག་མིས་འཐབ་རྒོལ་དྲག་པོ་བྱས། ས་ཆ་དེ་ནི་གངས་དཀར་ཏེ་སི་ནས་ཉིན་མང་པོའི་རིང་གོམ་པ་བརྒྱབ་ནས་འགྲོ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་གྲོང་སྡེ་དེའི་ཉེ་འཁོར་དུ་ཡོད་པའི་སེར་སྣང་…………ཞེས་པའི་གྲོང་ཚོ་དེའི་ཞི་འདུལ་ལྷིང་འཇགས་སུ་གནས་པའི་མི་དམངས་ཚོ་འཐབ་རྒོལ་དེར་འཇིགས་སྐྲག་སྐྱེ་ཡི་ཡོད་པ་རེད། སྐབས་དེར་གོར་༩༡་ཞེས་པའི་དམག་མའི་དཔུང་སྡེ་དེར་མང་ཚོགས་ནས་ཆེ་མཐོང་བྱེད་ཀྱི་མེད།

གང་ཡིན་ཟེར་ན། གོར་༩༡་ཞེས་པའི་དམག་དཔུང་དེས་མི་མང་ཚོའི་ཞིང་ཁ་ལ་གཏོར་བཤིགས་དང་། སྒོ་ཕྱུགས་བསད་པ། གྲོང་སྡེ་མེར་བསྲེགས་བཏང་བ་སོགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ་དམག་མི་ཞིག་གིས་དམག་སར་ཤི་ན་དཔའ་བོ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཁོང་ཚོས་དོན་མེད་མི་མང་པོ་གསོད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

སེར་གདངས་ཞེས་པའི་ས་ཆ་དེར་བགྲེས་སོང་ལོ་ལོན་སེམས་བཟང་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་ཕྲུ་གུ་མང་པོ་ཡོད་པས་ཚང་མར་དགའ་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཁོང་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་ནང་མིར་སྐྱོང་སྐྱོབ་བྱེད་འདོད་ཡོད་པ་ནི་ལོས་ཡིན། དེ་ལྟར་བྱས་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་མི་རྒྱུད་ཚོས་རླབས་ཆེན་གྱི་བྱ་གཞག་དེར་བསྟུགས་བརྗོད་དང་། མ་འོངས་པར་རླབས་ཆེན་གྱི་མེས་པོ་ཞིག་ལ་བཀུར་བར་འོས་སྙམ་པ་དང་། གལ་ཏེ་རྒྱུད་འཛིན་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་བཀུར་བར་འོས་ན་ཉིན་གཅིག་ཁོང་ཚོའི་དཀོན་མཆོག་ལ་གྱུར་ངེས་སྙམ།



དེ་བཞིན་ཁོ་བོའི་སྒྲོང་རྟོགས་ཀྱིས་སེར་གདངས་·········གི་ཡུལ་མི་ཚོས་ལོ་མང་རིང་བོད་དང་ཉོ་ཚོང་བྱས་པའི། འབྲུ་དང་། བལ། སྒོ་ཕྱུགས། རྫ་གཡང་བཅས་གོར་དམག་གིས་བཅོམ་འཕྲོག་བྱེད་ངེས་ཡིན་པ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད།

བགྲེས་སོང་གྱིས་ཡུལ་མི་ཚོར་བརྗོད་དོན། གང་མགྱོགས་ང་ཚོ་རི་རྩེར་ཡིབ་ཏུ་ཕྱིན་ན་མ་གཏོགས་གོར་དམག་གིས་བྱ་སྤྱོད་ངེས་ང་ཚོར་འཕྲོག་བཅོམ་བྱེད་རྒྱུ་གཏན་འཁེལ་རེད། ཁོང་ཚོ་ནི་འདོད་ཧམ་ཆེ་བ་དང་།

གནག་སེམས་ཅན་ཤ་སྟག་རེད་ཅེས་བཤད། དེར་བརྟེན་ཡུལ་མི་ཚོས་སོ་སོའི་ནང་མི་མཉམ་དུ་རྒྱུ་ནོར་རྣམས་འཁྱེར་ཏེ་རི་རྩེར་ཡོད་པའི་མཁར་ཞིག་གི་ཉེ་འགྲམ་དུ་བསྡད།

དེ་རྗེས་གོར་༧འི་དམག་དཔོན་རྒྱ་བོ་ཞིག་གིས། གྲི་གུག་གུག་ཅིག་དང་། སེ་རུའི་ལྤགས་པས་བཟོས་པའི་ཕུབ་ཅིག་འཁྱེར་བ་དང་མཉམ་དུ་དམག་མི་སྤུག་རྩུབ་ཅན་ཤོ་ཁག་གཅིག་ཁྲིད་དེ་སེར་མདངས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད།

དམག་དཔུང་དེ་གྲོང་སྡེར་འབྱོར་རྗེས། གྲོང་ཚོ་དེ་གཙང་མ་དང་། སྙིང་རྗེ་པོ་ཡོད་ན་ཡང་ཁང་པའི་ནང་འབྲུ་དང་། སེར། སྒོ་ཕྱུགས་སོགས་རྒྱུ་ནོར་གཅིག་ཀྱང་ལྷག་མེད། གྲོང་གསེབ་དེ་སྟོང་པར་ལྷག་ཡོད།དམག་དཔོན་དེས་རི་རྩེར་མཁར་ཞིག་ཡོད་པ་མཐོང་བ་དང་། དམག་མི་རྣམས་ཁྲིད་དེ་རི་རྩེར་དཔུང་བསྐྱོད་བྱས།

དེ་བཞིན་དམག་ཆས་སྤྲད་མེད་པའི་སེང་གདངས་······གི་ཡུལ་མི་ཚོས་མཁར་འགྲམ་གྱི་ཆུ་མིག་དྭངས་མ་ཞིག་གི་འགྲམ་དུ་སྐྲག་སྡོད་བྱས། དེ་རྗེས་དཔུང་དམག་དེ་ཆུ་མིག་གི་འགྲམ་དུ་འཁྱོར་མ་ཐག་ཡུལ་མི་ཚོས་འཛུམ་མདངས་དང་ཁྱེད་ཚོ་ཐང་ཆད་ཡོད་ཀྱི་རེད་ཅེས་དམག་དཔོན་དང་། དམག་མི་ཚོར་ཆུ་ཞིག་སྤྲད། ཁོང་ཚོས་ཆུ་དེ་མ་བཏུང་སྔོན་ལ་ཤེས་རབ་ལྡན་པའི་བགྲེས་སོང་དེས་ཆུ་ཕོར་པ་གང་ཟེ་ཚོམ་གང་ཡང་མེད་པའི་ཐོག་ནས་བཏུངས། བགྲེས་སོང་ན་རེ། དམག་དཔོན་ལགས། ཁྱེད་རྣམས་དེར་རྒྱུ་མཚན་ཅིའི་ཕྱིར་སླེབས་པ་ཡིན་ནམ། ཁྱེད་ཚོའི་ས་ཆ་ནི་ཟླ་བ་གཅིག་གི་སར་གོམ་བགྲོད་བྱེད་པའི་ས་ལས་ལྷག་པ་ཡོད་ལ་ཁྱེད་ཚོའི་བཟའ་ཟླ་ཡང་སེམས་ཁྲལ་ཡོད་ཀྱི་རེད་ཅེས་བཤད།

དམག་དཔོན་དེས་རྟོགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་བརྗོད་དོན། ང་གོར་༧་རྒྱལ་པོའི་སྐུ་ཚབ་ཡིན། ཁོང་གི་རྒྱལ་སྲིད་དར་རྒྱས་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་ཁྱོད་ཚོའི་ས་ཆ་གཏོར་གཤིགས་གཏོང་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པ་དང་བར་ནས་དམག་མི་ཞིག་གིས་མཉམ་དུ་མི་དམངས་ཡང་གསོད་རྒྱུ་རེད་ཅེས་ངར་པོའི་ཐོག་བཤད་མ་ཐག་དམག་དཔོན་དེས་དམག་

མི་དེར་ཐུར་ནས་མི་འདོད་པའི་རྣམ་འགྱུར་ཞིག་བསྟན་རྗེས་དམག་མི་དེས་ཁྲུ་སིམ་པོར་བསྡད། སྤྱིར་བཏང་ནས་དམག་མི་དེ་གྲུང་པོ་མེད་པ་དང་བློ་ཁོག་ཡང་མེད། བགྲེས་སོང་གིས་དམག་བརྒྱབ་ན་ཕན་ཐོགས་མེད། དེ་ལས་ཡར་ནང་ལ་ཕེབས་ནས་ངལ་གསོ་ཏོག་ཙམ་བསྐྱོན། ང་ཚོ་ཞི་བདེ་ལ་དགའ་བའི་མི་སེར་ཡིན།

མི་གསོད་ཁྲག་སྒྱུར་མི་ཡོང་བའི་ཆེད་ང་ཚོས་ཁྲིད་རྣམས་ལ་གང་དགོས་ཕུལ་འདོད་ཡོད།

ཡུལ་དེའི་ལྷ་རྣམས་དྲག་པོར་མི་དགའ་ཞེས་སྨྲས། དམག་དཔོན་དེས་ཁྲེལ་གད་ཀྱི་ཚུལ་ཞིག་བསྟན།

ཁོ་པས་ངན་རྩུབ་ཀྱི་ཉུས་པ་སྟོན་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་གྲོང་གསེབ་མང་པོ་མར་སྲེགས་བཏང་བ་དང་སྐྱེ་བོ་ཕོ་མོ་དང་ཕྲུ་གུ་སོགས་མང་པོ་བསད། དེ་འདྲ་སོང་ཙང་མི་འགའ་ཞིག་ཁོ་པ་ལ་ཞེད་ཀྱི་ཡོད།

ཁོ་པས་ཇོག་ཆོམ་ལ་འབྱུར་འབྱུར་བྱས་ནས་མཁར་ནང་འཛུལ། གཡག་གི་སྤུས་བཟོས་བཞག་པའི་གདན་རིང་པོ་ཞིག་འོག་ལ་གཏིང་ཡོད། ཟངས་ཀྱི་ཕོར་པའི་ནང་ཤ་གཙོས་མ་ཆི་ལུ་བཞུར་དགོས་ཡག་ཞིག་བླུགས་ཡོད། གཞོན་ནུ་ཞིག་གིས་འཇམ་ཐུལ་ཐུལ་ངང་ཁོང་ཚོར་ཤ་དང་ཆང་སྐྱུག་ཆོག་ཆོག་བྱས་བསྡད། དམག་དཔོན་དེས་ཅི་ཡང་མ་བཤད་པའི་སྟོན་དུ་དམག་མི་དེ་ཚོས་མར་བསྡད་ནས་ཆང་ཧུབ་གང་བཏུངས་ནས་རའི་མཆིན་པར་སོ་ཞིག་བརྒྱབ། ཁོ་ཚོའི་མཆུ་ཏོ་གཡུག་གཡུག་བྱེད་གྱིན་ནས་ཁ་ཆུ་མར་འཛར།

དམག་དཔོན་དེས་འཁྲིགས་སོང་། ད་འོན་ཆང་ཞེ་དྲག་མ་འཐུང་མར་ཤོག་ང་ཚོ་ད་ལྷ་གཏོར་གཤེགས་གཏོང་རྒྱུ་ལྷག་བསྡད་ཡོད་ཅེས་བཤད། འདོད་ཇམ་ཅན་གྱི་གོར་ཁའི་དམག་མི་ཚོས་ཧམ་པ་ཆེན་པོའི་ངང་བཟས། ཤའི་ཆི་ལུ་དེ་ཚོ་སྨ་རའི་སྐྱང་འགོས་པ་དང་ཆང་རག་ཀྱང་སྨ་རའི་བར་ནས་མར་འཛར་ཡོད། དུས་ཡུན་ཐུང་དུ་ཞིག་ནང་ཁོང་ཚོར་བཟི། མཁར་ནང་གི་གསང་ལམ་དེ་བརྒྱུད་ནས་སེར་སྐྱ་ཡུལ་གྱི་རངས་མི་སེར་ཁྲུ་སིམ་དང་རེ་རེ་བཞིན་བྲོས། མི་རྒན་པ་དང་ཕྲུ་གུ་ཚོ་སྔོན་ལ་ཐོན། དེའི་རྗེས་ལ་ན་གཞོན་པོ་མོ་རྣམས་ཐོན། བུད་མེད་རྣམས་བྲོས་རྗེས་བྱེད་སྐབས་དངུལ་གྱིས་བཟོས་པའི་རྒྱན་ཆ་དང་གསེར་གྱི་ཊམ་ཁ་གཡུག་གཡུག་བྱས་པའི་སྒྲ་དེས་དམག་དཔོན་སྒྲོགས།

ཁོ་པས་རྐུབ་ཀྱག་ནས་ཡར་ལངས་ཏེ་སྒོའི་ཕྱོགས་སུ་ཕྱིན། ཁོ་པས་སྐད་ཆེན་པོའི་ཐོག་ནས་ཚང་མ་ག་པར་ཕྱིན་པ་རེད་དམ་ལབ། བགྲེས་སོང་ཁོང་གིས་ངག་འཇམ

པོའི་ངང་བརྗོད་དོན། ཁྲིད་ཀྱི་ཞལ་ལག་མང་པོ་མཆོད་ཐུབ་ཀྱི་རེད་ལ་ཁྲིད་ཀྱི་དམག་མི་རྣམས་ཀུང་ད་དུང་ཡང་ཁ་སྐོམ་འདུག། ངའི་མི་དམངས་ཚོས་མགྲོན་པོར་སྣེ་ལེན་ཐབ་རྒྱུས་ངེས་པར་དུ་ཞུ་དགོས་ཀྱི་ཡོད། ཡར་ཕེབས་ནས་བཞེས་རྒག་དང་ཤ་མཉེས་པོའི་ངང་མཆོད་རོགས་ཞེས་བརྗོད། དམག་དཔོན་དེས་བགྲེས་སོང་གིས་ཁོང་ལ་མགོ་སྐོར་གཏོང་གྱི་ཡོད་པ་ཤེས།

ཁོ་པ་རང་ཅག་ཕར་ཁོ་རང་གི་སྡོད་སར་འགྲོ་ཡི་ཡིན་མདོག་མདོག་གིས་ཁོ་པའི་དམག་མི་དང་མཉམ་དུ་བསྡད།

ཁོ་པས་ཆང་ཐོར་དེ་ཡར་བཀུག་ནས་ཁོ་པའི་ལས་མི་དེས་གོ་ཐུབ་ཙམ་གྱི་སྐད་ཤུགས་ཞིག་བརྒྱབ། ཕྱི་ལོགས་ལ་འཆམ་འཆམ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་མདོག་མདོག་བྱས། ཚང་མ་ག་པར་ཕྱིན་ཡོད་མེད་བལྟ་དགོས་ཞེས་སྨས། ཁོ་པའི་ལས་མི་དེས་ལས་ཀ་ཡོད་མདོག་མདོག་གིས་སྒོའི་རྩར་ཕྱིན། དམག་དཔོན་དེས་བགྲེས་སོང་ཁོང་གིས་གོར་ཁ་རྣམས་བླུ་ཐབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་བགྲེས་སོང་གིས་ཤེས། ཁོ་པས་སྒོའི་ཕྱི་ལོགས་གི་རྒྱབ་ལ་ནག་ཁུང་ནང་ཡིབ་ནས་བསྡད།

ལས་མི་དེས་གཟབ་གཟབ་ག་ཚོད་བྱས་ན་ཡང་ཁོ་པའི་གྲོད་ཁོག་ནང་གི་ཆང་རག་དེས་ཁོ་པ་བཟི་འཐོམ་བཟོས་པ་དང་བསམ་བློ་ཡང་མགྱོགས་པོ་བཏང་མི་ཐུབ་པ་ཆགས། ཁོ་པ་གོར་ཁའི་མི་ཚོས་མཐོང་ས་མེད་པའི་ས་ཆར་གོམ་པ་བརྒྱབ་དུས་བགྲེས་སོང་གིས་ལག་པ་གཅིག་གིས་ལས་མི་དེའི་སྐེ་ནས་འཛུས་པ་དང་ལག་པ་གཅིག་གིས་བྲང་ཁོག་ནས་འཛུས་ཏེ་བར་སྣང་དཀྱིལ་ལ་ཕྱིང་འཁོར་རྒྱག་གིན་རྒྱག་གིན་ནག་ཁུང་ནང་རི་རྩེ་ནས་ལྷུངས།

དམག་དཔོན་དེ་ནང་ལོགས་ལ་ཁོ་པའི་ལས་མི་སླེབས་རྒྱུར་སྒུགས་ནས་བསྡད། ཁོ་པས་ཤ་ཐོར་པ་གང་ཟས་པ་དང་ཆང་ཐོར་པ་གང་བཏུངས་རྗེས་མཐའ་མ་དེར་ལས་མི་གཞན་ཞིག་ལ་ཕྱི་ལ་གང་ཞིག་བྱུང་མིན་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་དགོས་ཞེས་སྨྲས། བགྲེས་སོང་ཁོང་གིས་ལས་མི་གཉིས་པ་དེའི་སྐེ་ནས་ལག་པ་གཅིག་གིས་འཛུས་པ་དང་ལག་པ་གཅིག་བྲང་ཁོག་ནས་འཛུས་ཏེ་རི་རྩེ་ནས་གཡུག་ཏེ་བར་སྣང་གི་ནག་ཁུང་དཀྱིལ་དུ་འཐིམ་ནས་ལྷུངས། སྐར་མ་ལྔ་རེ་བཅུ་རེའི་མཚམས་ལ་གོར་ཁའི་དམག་མི་རེ་ཕྱི་ལ་ཐོན་པ་དང་བགྲེས་སོང་གིས་རེ་རེ་བཟུང་སྟེ་གཡང་ནས་གཡུགས།

མཐའ་མ་དེར་ནམ་ཕྱེད་བརྒལ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་དམག་དཔོན་དེ་མཁར་ནང་གི་ཁང་པའི་གཡས་གཡོན་ལ་ལྟ་དུས་ཁོ་པའི་དམག་མི་ཡག་ཤོས་དེ་ཚོ་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་འགྱུར་པ་ཤེས། རྗེས་ལ་རངས་ཀྱི་མི་སེར་རྣམས་གོར་ཁའི་དམག་མི་ལས་མང་

བ་ཡོད་པ་དང་གོར་ཁའི་དམག་མི་ལྷག་མ་རྣམས་དམག་དཔོན་ཁོ་པ་ནང་བཞིན་བློ་སྤོབས་མེད་པ་དང་ནུས་མེད་ཤ་སྟག་ལྷག ཁོ་པས་ཞི་བདེ་ལ་དགའ་བའི་ཞབས་ཞུ་སྒྲུབ་མཁན་གྱི་སེར་སྤང་གྲོང་གསེབ་པ་ཚོས་ཐབས་བྱུས་བཟང་པོའི་སྒོ་ནས་ཁོ་པ་ལ་ཐམ་ཁ་སྤྲིན་པ་དེ་ཤེས་རྗེས། ལམ་སེང་ཁོ་པས་སྒོའི་རྒྱར་ཕྱིན་དེ་སྟེང་ནས་འོག་ཏུ་ཤུགས་ཆེན་པོའི་ཐོག་ནས་མཆོངས་ཏེ་བགྲེས་སོང་གིས་ཁོ་པ་ཕྱི་ལོགས་ལ་གཡུག་དགོས་བྱུང་མེད། སེར་སྤང་ཡུལ་གྱི་འོག་ལ་ཡོད་པའི་གཤོངས་ནག་ཁུང་དེའི་ནང་གོར་ཁའི་དམག་མི་ད་དུང་ཡང་ལྡིང་བསྐོར་རྒྱག་གིན་སྐད་ནས་འཛེར་བཞིན་ཡོད་པ་རེད།

དེའི་དགོང་མོ་ཁོང་ཚོ་ཕན་ཚུན་བར་སྣང་གི་དཀྱིལ་ལ་རྟུང་ཁ་རྒྱག་རེས་རྩེད་པ་དང་། ཞོགས་པ་ཉིན་མ་ཤར་དུས་ཁོང་ཚོ་གཤོངས་དེའི་ནང་དུ་རྐང་ལག་རྣམས་དང་། དེ་བཞིན་ཨ་ར་སོ་ཁྲི་དང་གྲོད་པ་སོགས་དུམ་བུར་ལྷུངས། ཁོང་ཚོས་དུམ་བུ་དེ་རྣམས་རང་ཅག་ཚུར་བསྒྲིགས་ནས་དམག་མི་རེ་རེ་བཞིན་ཚང་ཡོད་མེད་རྩིས་བརྒྱབ། མཛེས་སྡུག་ལྡན་པའི་སེར་སྤང་གི་རི་རྩེར་ཁོང་ཚོས་བདར་གྱིན་བདར་གྱིན་བལྟས། ལས་མི་དང་པོ་དེས་སྐད་ཤུགས་ཆུང་ངུའི་ཐོག་ཨ་རག་དེ་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་བརྗོད། ཁོ་པ་ནི་བར་སྣང་རླུང་པོའི་དཀྱིལ་ལ་རྒྱུན་རིང་ཤོས་ལྷག་པ་དང་། ཁོ་པའི་ཨ་རའི་རྩེ་དེ་སེར་སྤང་གི་ཤར་ཕྱོགས་དང་ཁོ་པའི་ཕ་ཡུལ་གོར་ཁའི་ཕྱོགས་སུ་བསྟན་ཡོད། དམག་དཔོན་དེས་ཤ་དེ་ཡང་ཡག་པོ་འདུག་ཅེས་སོ་སོའི་བློ་ཉེ་པོའི་གྲོགས་པོ་ཞིག་བརླག་པའི་རྣམ་འགྱུར་སྐྱོ་པོ་ཞིག་བསྟན། དེའི་རྗེས་སུ་ངོ་ཚ་ཁ་སྐྱེངས་ཀྱི་ཐོག་ནས་མགོ་སྒྱུར་གྱིན་སེར་སྤང་ཕྱོགས་ནས་མ་ཐོན་དཀའ་མེད་ཆགས།

སེར་སྤང་གི་ཡུལ་མི་ཚོས་བགྲེས་སོང་ཁོང་ལ་ཞལ་ལག་རྒྱས་བཟས་ལེ་ཚུ་བཅོ་བརྒྱད་བཀུག་པ་དང་ཁོང་ལ་དབུ་རས་ཤིག་གཡོགས་ཏེ་བསྟུགས་བརྗོད་བྱས། ཁོང་གི་ཐབས་བྱུས་བཟང་པོར་བརྟེན་ནས་མི་གསོད་ཁྲག་སྐྱོར་གྱི་རྙོག་དྲ་ལྷག་མེད་པ་དང་། ཁོང་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཕྱི་མི་ཚོར་སྣེ་ལེན་ཞབས་ཞུ་སྒྲུབས་ནས་བློ་སྤོབས་ཆེན་པོའི་དང་གོར་ཁའི་རྣམས་ལྡིང་འཁོར་རྒྱག་གིན་བར་སྣང་དཀྱིལ་ལ་གཡུགས།

དུས་དེང་སང་ཡིན་ན་ཡང་ཡུལ་མི་ཚོས་ཁོང་གི་རིག་རྩལ་ལ་བསྟུགས་བརྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། གལ་ཏེ་མི་མང་པོས་བགྲེས་སོང་ཁོང་གི་ཡོན་ཏན་ལ་བརྩི་བཀུར་དང་ཁོང་གི་ཐབས་བྱུས་ལ་ཆེས་མཐོང་སོགས་བྱས་ན་ཉིན་ཞིག་ཁོང་དཀོན་མཆོག་ཆགས་སྲིད་པ་ཞིག་རེད།

# The Clever Ancestor

Until recently, history spoke only of kings and their wars instead of recording the stories of everyone, rich and poor, strong and weak, man and woman. In older histories, when two kings fought, the soldiers and villagers were forgotten. But it was the villagers and soldiers who fought and lost their lives.

More than two hundred years ago, an army from Gorkha, in central Nepal, attacked villages in Garhwal, which is many days' walk from Kailas, due south of the Himalayas. There, farmers and traders of a peaceful village called Sirdang were worried about being attacked. The Gorkhas had a bad reputation: they would loot the grains and cattle and burn down villages. Some soldiers even believed that dying in battle was a good idea. They would kill unnecessarily just to remind themselves that they were not afraid to die.

Among the Rung people of Sirdang was a wise old man with many children and grandchildren whom he loved. He wanted to protect his family so that they would remember his good deeds and praise him as their ancestor. If enough of his progeny praised him, he might even become a god someday!

Through his wisdom, he realized that the Gorkhas would attack Sirdang for the abundant grains, fine wool, fat cattle and coins gathered through trade in Tibet.

‘We must flee to the hilltop fort to survive,’ the old man told the villagers. ‘The Gorkhas will come, and their greed is as vast as their cruelty is deep.’ The villagers collected their wealth and families, and fled to a fort at the top of a nearby hill.

A bearded Gorkha commander, carrying a curved sword and a round rhinoceros-skin shield, marched into Sirdang with his cruel soldiers. The village was empty. Although the houses were pretty and clean, there was no grain, gold or cattle in them. The commander saw the fort on top of the hill and took his men there.

A group of unarmed men from Sirdang waited outside the fort with cool, sweet water from a nearby spring. ‘You must be tired after climbing up,’ they said with kind smiles on their faces, and offered water to the commander and his soldiers. The wise old man drank the water first to show the Gorkhas that they didn’t need to fear being poisoned.

‘Why have you come here, commander?’ the old man asked. ‘Your home is a month’s walk away, perhaps more. Your wife must be worried!’

The commander looked at the old man with suspicion. ‘I am the emissary of the king of Gorkha. I expand his empire, and am here to loot and pillage your village.’

‘And kill,’ a soldier growled, but became quiet when the commander glared at him. This soldier wasn’t very intelligent or brave.

‘There is no need for war!’ the old man said. ‘Come inside. Rest for a while. We are a peace-loving people. We’ll gladly give you what you need if we can avoid bloodshed. The gods of our village dislike violence.’

The commander grinned. He had burned many villages and killed many men, women and children to build a reputation for cruelty. Finally, somebody was afraid of him. He twirled his moustache and entered the fort.

A long line of mats and yak-hair blankets had been laid out. Freshly cooked meat glistening with fat waited in copper bowls. Large pots of millet beer sat in a corner. Smiling young men stood ready to serve meat and beer.

Before the commander could say anything, his soldiers sat down and quickly took a sip of beer or bit into a nice piece of roasted goat liver. They smacked their lips and salivated.

'Alright, alright!' the commander said. 'Don't drink too much, because we still have to loot and plunder.'

The greedy Gorkhas started gobbling down the food. The fat from the meat stained their moustaches and beer dribbled down their beards. Soon, they became drunk.

From a secret door in the back of the fort, the Rung people of Sirdang were quietly escaping one by one. The elderly and the children went first, followed by young men and women. When the wives started leaving, their heavy necklaces of silver and gold coins jangled and alerted the Gorkha commander. He leapt up from his seat and rushed to the door.

'Where is everyone going?' he shouted.

The wise old man said politely, 'Your appetite is large, and your men are still thirsty. My people must show hospitality to their guests. Please go back and enjoy the meat and beer!'

The commander realized that the wise old man was fooling him. He pretended to go back and sit with his men. He picked up his bowl of beer and whispered into it just loud enough for his trusted assistant to hear, 'Pretend to go outside for a walk and see where everybody is fleeing.'

His assistant pretended he was going for a walk and went towards the gate. Now, the wise old man realized that the commander suspected that he was trying to fool the Gorkhas. He sneaked to the outside of the door and hid in the dark.

And, as alert as the assistant may have wanted to be, the beer in his belly made him sway a little and think a bit slower. Once he was out of sight of the Gorkhas, the wise old man grabbed the assistant with one hand on his neck and another by his waist and flung him into the air, spinning away and over a cliff into the darkness.

Inside, the commander waited for his assistant to return. He ate another bowl of meat and drank another bowl of beer, and finally whispered to another assistant to go outside and check.

The old man grabbed the second assistant by the neck and waist and spun him away over a cliff, sending him flying into the dark. A Gorkha soldier came out every five or ten minutes. The old man grabbed each one and sent him flying into the dark.

Finally, just around midnight, the Gorkha commander looked around the room and saw that his best soldiers had disappeared. There were more Rung men around than Gorkhas. The remaining soldiers were feeble and cowardly, just like the commander. When he realized how the peace-loving and hospitable villagers of Sirdang had cunningly defeated him, the Gorkha commander ran towards the door and jumped with so much force that he sailed right into the dark sky. The old man didn't have to throw him over the cliff at all.

There, in the darkness of the valley below Sirdang, the Gorkha soldiers were still spinning and flying in the air. All through the night, they bumped into each other in midair. Slowly, by sunrise, they fell to the valley as a single clump of limbs, beards, teeth, swords and bellies. They untangled themselves and counted each other to make sure everybody was present. They looked up the hill at the beautiful village of Sirdang and shivered with fright.

'The beer was good,' the first assistant said in a quiet voice. He had been spinning in the air for the longest, so his beard and hair now pointed straight towards his home in Gorkha, far to the east of Sirdang.

'The meat was good, too,' said the Gorkha commander sadly, as if he had lost a dear friend. Then, heads hanging in shame, they walked away from Sirdang.

The villagers in Sirdang served the wise old man with delicious food, put a fresh white turban on his head and praised him. He had been wise to avoid bloodshed, honorable in doing his duty of hospitality towards outsiders, and brave in spinning and throwing away the Gorkhas. He is praised even today by his progeny. If more people praise his wisdom, cunning, and honor, who knows, he may even become a god!

# སྲིན་བུ་ལྗོགས་པ།

གནའ་སྔ་མོའི་སྐོར་ལ་གང་བྱུང་མིན་སྒྲུང་བཤད་ནས་ཧ་གོ་བ་མ་གཏོགས། ད་ལྟ་དེ་ཚོའི་ཤུལ་རྟིང་པ་གཅིག་ཀྱང་ལྷག་མེད་པ་རེད།བལ་ཡུལ་ཧུམ་ལ་རྫོང་གི་ཁོངས་སུ་ཡོད་པའི་གྲོང་སྡེ་རྙར་འབྲུང་དང་།སྦྱོན་སྒྲག། ཐླང་ཤོ། སོགས་ཀྱི་མི་སེར་ཚོ་ཤ་སྐྲག་ཞེས་པའི་སྲིན་བུ་ཞིག་ལ་ཞེད་སྣང་ཞེ་དྲག་སྐྱེས་ནས་བསྡད་ཡོད། ཁོས་རྡྭ་ཐང་ཞིག་གི་འགྲམ་ལ་ཡོད་པའི་ཤིང་ནགས་ནང་མི་གསོད་ས་འམ་མི་སྲིན་པ་གཏོང་སའི་ས་ཆ་ཞེས་པ་དེར་ཡང་ཡང་འཁོར་གྱི་ཡོད།

སྲིན་བུ་དེར་དམིགས་བསལ་གྱི་མཐུ་རྩལ་ལྡན་ཞིང་ཧུམ་ལའི་ཡུལ་དེར་མི་སེར་རྣམས་སྡུག་བསྔལ་ནང་ལྷུང་བཅུག་རྒྱུའི་འདོད་རྔམ་ཆེན་པོ་སྐྱེ་ཡི་ཡོད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་ཁོ་པས་འཛམ་གླིང་དེའི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་གྱི་ཐད་འགྲོ་སྟངས་དེ་རང་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཁོ་པས་ཐྲུ་གུ་གྲོངས་ཚར་བའི་ཕ་དང་མའི་ཁྱིམ་ཚང་སྡུག་བསྔལ་གྱི་རྒྱ་མཚོའི་ནང་བསྐྱུར་བ་མ་ཟད་ཡུལ་དེར་ཆར་པ་བཀག་པ་དང་ཡུལ་མི་ཚོའི་ཆེད་དུ་དམིགས་ནས་ཁོ་པའི་གམ་ནས་དབྱར་དུས་ཞིང་ཁ་རྨོ་སྐབས་ཆུ་སློང་རྒྱུའི་རེ་འབོད་བྱེད་བཅུག་གི་ཡོད། ཁོ་པས་ཧུམ་ལ་རྫོང་གི་ཞིང་ཁའི་སྟོན་ཐོག་གྲོ་དང་ནས་རྣམས་སྨིན་དུས་སེར་བ་ཕབ་ནས་རྩ་མེད་བཟོས་པ་མ་ཟད་གཡག་དང་ལུག་གི་རྐང་ལག་བཅག་པ། གྲོང་གསེབ་པ་ཚོའི་སྒོ་ཕྱུགས་རྣམས་བོར་བརླག་ཤོར་བཅུག་གི་ཡོད། འགལ་རྐྱེན་བར་ཆད་ཕྲད་དེ་ཤི་རྨས་བྱུང་བའི་སྒོ་ཕྱུགས་དེ་ཚོའི་སྤུ་རྣམས་འཕུད་པ་དང་། དམར་གསོད་གཏོང་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་བོར་བརླག་ཤོར་བའི་སྒོ་ཕྱུགས་རྣམས་ཡུལ་དེའི་གྲོང་གུད་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན།

དེ་འདྲ་སོང་ཙང་ཡུལ་དེའི་ཤིང་ནགས་འགྲམ་གྱི་རྡྭ་ཐང་དེར་ཡོད་པའི་སྲིན་བུ་དེར་ལོ་ལྟར་ཐྲུ་གུ་ལོ་བརྒྱད་བྱས་པ་ཞིག་ཁོ་པའི་བློ་ཡིད་ཚིམ་པའི་ཆེད་ཟ་མར་སྤྲོད་

དགོས་ཀྱི་ཡོད། སྐབས་དེ་དུས་ཕྲུ་གུ་སྐྱོད་མཁན་གྱི་ནང་མི་དེས་ཕྲུ་གུ་སྐྱིད་ཚར་རྗེས་མགྱོགས་མྱུར་ནང་ལ་ཡིབ་ནས་ཞེད་སྣང་ཚད་མེད་སྐྱེ་ཡི་ཡོད། སྲིན་བུས་ཐོག་མར་ཕྲུ་གུའི་རྐང་པ་ཟ་བ་དང་དེ་ནས་བརླ་ཤ། ཉ་རིལ། མཇུག་མ། ལག་པ། དཔུང་པ། དེ་ནས་གྲོད་ཁོག་ཟ་ཡི་ཡོད། ཡུལ་མི་ཚོས་སྲིན་བུས་ཕྲུ་གུའི་རུས་པ་སོས་བཅག་པ་དང་ཤ་བཅད་པ་དེ་དག་མ་མཐོང་བའི་འབད་བརྩོན་གང་མང་བྱེད་སྡོད་ཡོད། སྲིན་བུ་དེས་མིག་གཉིས་པོ་རེ་རེ་བྲུས་ནས་ཕྱིར་མ་བཏོན་གོང་སྲིན་བུས་ཕྲུ་གུ་ཚོའི་ཨམ་ཅོག་ལ་ལྕེས་ལྡག་གི་ཡོད། དེ་རྗེས་ཕྲུ་གུ་དེས་ངུ་སྐད་བརྒྱབ་ན་ཉེ་འཁོར་ཚོ་ཁྲ་སིམ་པོར་གྱུར་བ་དང་ལམ་སེང་ཕྲུ་གུ་དེ་སོ་བརྒྱབ་ནས་མིག་ཁྱུར་གཏོང་གི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཡུལ་མི་ཚོར་བཟོད་ལྷག་མེད་པའི་སྡུག་བསྔལ་གྱིས་མནར།

རྐྱེན་ངན་དེ་བྱུང་ནས་ལོ་ངོ་སྟོང་ཕྲག་གཅིག་ལྷག་ཕྱིན་པ་དང་སྐབས་དེར་སློབ་དཔོན་པད་མ་འབྱུང་གནས་སམ་ཡོངས་གྲགས་སུ་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ཞུ་བ་ཞིག་ཡོད། ཁོང་བར་ཁང་ཞེས་པའི་ཡུལ་དེར་བཞུགས་ཤིང་། བོད་ཡུལ་ལ་གནས་བསྐོར་ཕེབས་དུས་ཕུར་པའི་རལ་གྲི་ཞིག་བསྣམས་ཡོད་པ་དེས་ཉོན་མོངས་རྣམས་ཚར་བཅད་ཅིང་ལམ་བར་ལ་རྫོངས་པའི་ལམ་དུ་བསྐྱོད་པའི་སྐྱེ་བོ་མང་པོ་ཞིང་དུ་འདྲེན་གྱི་ཡོད། ས་ཐོབ་པའི་སྐྱེ་བོ་རྫུ་འཕྲུལ་ཅན་ཁོང་གིས་མངོན་ཤེས་ཀྱིས་ཡུལ་བ་ཐང་དུ་ཕེབས་ཀྱི་ཡོད་པ་མཁྱེན། སྔོན་ལ་ཁོང་གི་ཐུགས་ལ་ཡོད་པའི་ས་ཆ་དེར་བཞུགས་སུ་གསོལ། ཁོང་གིས་མ་འོངས་པར་གནས་ཚུལ་གང་ཞིག་བྱུང་གི་ཡོད་མེད་ཚང་མ་མཁྱེན་གྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཁོང་གིས་དྲི་བ་དེ་ཇི་ལྟར་སྒྲུབ་ཚུལ་ཁོང་གིས་ཚུལ་བསྟན་དོན།

སློབ་དཔོན་ན་རེ། རྫོ་ལགས་ང་ཁ་སྐོམ་བྱུང་ཆུ་ཞིག་གནང་རོགས་གནང་ཞེས་བརྗོད། ནང་ལོག་ནས་སྐད་ཤུགས་དམའ་པོའི་ཐོག་ནས་ལན་བཏབ་དོན། བུ…… སྒོའི་འགྲམ་དུ་ཡོད་པའི་ཆུ་ཟེམ་ནང་ནས་སོ་སོས་ཆུ་བླུགས་རོགས། ངའི་གཟུགས་པོ་དེ་སྲིན་བུ་དེས་འཁྱེར་ཅང་མིའི་མདུན་ལ་གདོང་པ་སྟོན་རྒྱུར་ངོ་ཚ་ཡི་འདུག་ཅེས་སྨྲས།

སློབ་དཔོན་པད་མ་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་དེའི་སྐོར་སྔོན་ནས་མཁྱེན་གྱི་ཡོད་ཤེས། ཁོང་གིས་ངག་འཇམ་པོའི་ཐོག་ནས་གསུང་དོན། གང་ཡང་ཡོད་མ་རེད། ངས་ནང་ལ་ཡོང་ནས་ཁྱེད་ལ་ཕྱག་རོགས་གང་ཞིག་ཞུ་དགོས་བྱུང་ཡང་ཞུས་ཚོག་ཅེས་གསུངས་ན་ཡང་རྒྱས་མོས་ངོས་ལེན་མ་བྱས། མཐའ་མ་དེར་དྲང་སོང་ཁོང་ནི་རྫོ་བོས་ནང་དུ་གདན་འདྲེན་ཞུས་ཏེ། ཁང་པ་ནག་ཁུང་དེའི་ནང་རྫོ་བོ་དེ་ཐབ་གྲང་མོ་ཞིག་གི་འགྲམ་ལུག་གི་ལྤགས་པས་བཟོས་པའི་གདན་ཞིག་གི་སྟེང་ལ་བསྡད་ཡོད་པ་མཐོང་།

ཀྲན་མོ་ཁོང་གི་དབུ་སྐྲ་ཟང་ངེ་ཟིང་ངེ་ཡིན་པ་མ་ཟད་རིང་ལ་སྦྲུལ་གསོན་པོ་ཞིག་དཀྲི་བསྐོར་བརྒྱབ་པ་ལྟར་ཡོད། སློབ་དཔོན་ཁོང་གིས་ཀྲན་མོར་ལེགས་པར་གཟིགས་སྐབས་ཀྲན་མོའི་སྐྲ་དེ་སེམས་ཅན་གཞན་ཞིག་གི་ཡིན་པར་མཁྱེན། སྐྲ་རིང་པོ་དེས་ཀྲན་མོར་སྐྲེ་ཐག་བརྒྱབ་ཡོད་ལ་ཁང་པ་ནག་ཁུང་ནང་བཙུག་བཞག་ཡོད། ཁོང་གིས་སྐྲ་ཀང་གཅིག་ཡར་འཐེན་ཏེ་སྒྲིལ་ནས་རིལ་རིལ་བཟོས། དུས་ཚོད་དེའི་སྐབས་སློབ་དཔོན་པདྨ་འབྱུང་གནས་གྲོང་གསེབ་ཟྭར་འཁྱུང་དང་།མྱོན་སྒྲང་། དྭང་ཤོ་གསུམ་གྱི་ཁྱིམ་ཚང་མི་འདྲ་བ་མང་པོར་རེ་རེ་བཞིན་ཞབས་ཀྱིས་བཅག་ནས་དགྲོང་པོར་བཞུགས་ཏེ་མི་རྣམས་ཀྱིས་གཟུགས་བཙོམ་མཁན་གྱི་མཐུ་དན་གྱི་སྐྲ་དེ་རིལ་རིལ་བཟོས། སློབ་དཔོན་གྱིས་ཚུ་མོ་རྒྱལ་ཞིང་རི་མཐོ་གཡང་གཟར་རྣམས་འཛེག་པ་དང་། རྩེ་ཤིང་རྣོ་པོའི་སྟེང་ཞབས་བཙུགས་ཤིང་ཕེབས།

རི་གཤོངས་དང་ཀླུང་གཤོངས་ཐུག་སྐབས་འཕུར་ནས་ཕྱིན།

འདྲེ་དེའི་ནུས་མཐུས་ས་རྣམས་འགྱུལ་བསྐྱོད་བརྒྱབ་པར་གཟིགས་པ་དང་། ས་ཡིས་སྐད་སྒྲ་ལ་ལུང་ཞེས་པའི་མཚམས་བར་བརྒྱབ་པར་ཐོས། ལ་ལུང་ཞེས་པ་དེ་ནི་གཤོངས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་དེའི་ཕུ་ལ་སྲིན་བུ་སྟོབས་ཅན་ཞེས་པ་དེ་ཡོད་པར་གཟིགས། སྲིན་བུ་དེས་ཁོ་པའི་སྐྲ་ལོ་ནར་ནར་བྱས་ཏེ་གདན་ནང་བཞིན་འོག་ལ་རྟེང་ཡོད་པ་དང་། སྐབས་རེ་སྐྲ་ལོ་རིང་པོ་དེ་ཉལ་ཆས་ནང་བཞིན་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད།

སྲིན་བུ་དེའི་རྨི་ལམ་ནང་ཤ་དང་། ཁྲག ཅུ་སྒྲ་སོགས་ཐོས་སྐབས་བདེ་བར་སྨོན། སློབ་དཔོན་གྱིས་སྲིན་བུའི་སྟེང་ལ་མཆོངས་ཏེ་ཕྱིག་ཆེན་ཁྲོད་ཡར་ལང་ནས་རྨོངས་གཉིད་ནས་སེལ་ཤོག་ཅེས་རལ་གྲི་ཞིག་སྲིན་བུའི་མཐིང་པར་བཞག རལ་གྲི་དེའི་ནུས་མཐུས་སྲིན་བུ་ཁྲོ་མི་ལྟ་འབབ་ཏེ། ཁ་ཆེན་པོ་གདངས་ནས་སློབ་དཔོན་ཉིད་མིད་ཁྱུར་བཏང་། སློབ་དཔོན་གྱིས་སྲིན་བུའི་གྲོད་ཁོག་དབྲལ་ཏེ་བྲང་སྟེང་ལ་འཛེགས་རྗེས་སྲིན་པོའི་སྙིང་དེ་གླང་གོག་གཉིས་འཐེང་པ་ལྟར་གྱི་འཕར་ལྡིང་བྱས། སྲིན་པོའི་སྙིང་དེ་སློབ་དཔོན་གྱི་ཕྱག་གིས་བཟུང་ནས་གཙུ་རེས་བརྒྱབ། སྲིན་བུས་སློབ་ཕྲུག་སུམ་བརྒྱ་ལྷག་གཤོང་སའི་དགོན་པ་ཆེ་ཆུང་ཙམ་གྱི་གློ་བ་ཆ་གཅིག

བརྒྱུད་ནས་དབུགས་བཏང་། སློབ་དཔོན་གྱིས་སྟོན་ལ་ཁོའི་གློ་བ་གཅིག་དེ་བཙིར་བ་དང་དེའི་རྗེས་གཞན་དེ་བཙིར། དེའི་རྗེས་མཁལ་མ་དང་།

མཆེར་པ། མཆིན་པ། རྒྱུ་མ་སོགས་རིམ་བཞིན་བཙིར། སྲིན་བུ་ན་ཟུག་གིས་མ་བཟོད་པར་འདར་སྐད་བརྒྱབ། ཕུས་མོ་ས་ལ་བཙུགས་ཏེ་ན་ཟུག་འཇོམས་ཆེད་དང་པོ་

ཀྱུག་ཚུ་ཚུང་ཚུང་ཞིག་བཏུངས་པ་དང་། དེ་རྗེས་མཚོ་ཞིག་བཏུངས། དེ་རྗེས་སླར་ཡང་ཀྱུག་ཚུ་ཆེན་པོ་ཞིག་བཏུངས།

ཡིན་ན་ཡང་སློབ་དཔོན་གྱི་རལ་གྲིས་སྲིན་བུ་དེ་བསྡོན་ཏེ་བཞུགས། སྲིན་བུ་དེས་སྤང་གི་སྟེང་དུ་ལུས་དཀྱུག་དཀྱུག་གཏོང་སྐབས་རི་བོ་ཆེན་པོ་སྙིལ་བ་དང་བྲག་རྡོ་རྣམས་གཡོངས་དུ་ལྷུངས་པའི་སྐབས་དང་བསྟུན་ནས་སློབ་དཔོན་ཁོ་པའི་གྲོད་ཁོག་གི་དབར་དུ་བཙིར་དགོས་བསམས། ད་དུང་ན་ཟུག་མ་བཟོད་པར་ནགས་ཚལ་ཞིག་བརྡོར་བརླགས་བཏང་། ཡིན་ན་ཡང་སློབ་དཔོན་གྱིས་སྲིན་བུའི་གྲོད་ཁོག་ནང་ནས་གད་མོ་གོད་སྐབས་དེ་བས་ཁོ་བོར་ན་ཟུག་ཇི་ཆེར་འཕེལ། སྲིན་བུས་དེ་བས་ན་ཟུག་མ་བཟོད་པར་ཤིང་ནགས་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་། བྲག་རི་རྣམས་བཟོས་སྟེ་སློབ་དཔོན་དྲན་པ་ཐོར་བ་ཞིག་བཟོ་དགོས་སྙམ་ཡང་སློབ་དཔོན་གྱིས་བྲག་རྡོ་རྣམས་སྒྲིགས་ཏེ་ཐབ་བཟོས། དེའི་ཐོག་ཤུག་པའི་ཤིང་གིས་མེ་བཏང་དེ་བཟོད་པར་དཀའ་བའི་ན་ཟུག་སྐྱེ་ན།

སྲིན་བུ་དེས་ཁྱེད་རང་སུ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད། ཁྱེད་རང་ལ་གང་དགོས་ཞེས་བཤད། སློབ་དཔོན་གྱིས་ངའི་མིང་ལ་པདྨ་འབྱུང་གནས་ཟེར། ང་ནི་རྨོངས་པའི་མུན་པ་སེལ་མཁན་ཞིག་དང་། ཉོན་མོངས་ལ་ཚར་གཅོད་མཁན་ཞིག་ཡིན། གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཡང་བའི་ཕྲུ་གུ་ཟ་རྒྱུ་མཚམས་བཞག་པ་དང་ཡུལ་དེའི་མི་སེར་རྣམས་ལ་དཀའ་ངལ་མ་བཟོ་བའི་དམ་བཅའ་བཞག་ན། ངས་ཁྱོད་ཀྱི་ན་ཟུག་དེ་འཇོམས་པར་བྱས་ཆོག་ཞེས་བཤད།

སྲིན་བུས་མིན་མིན་ཞེས་སྐད་བརྒྱབ། དེ་ནི་ངའི་ས་ཆ་རེད། དེ་ཚོ་ང་ཚོའི་ལུགས་སྲོལ་རེད་ངའི་མི་མང་གིས་ང་ལ་དགོས་པ་དེ་ཚོ་མ་སྤྲད་པ་དང་ང་ལ་མ་བཀུར་ན་ང་འཚོ་གནས་བྱེད་མ་ཐུབ་ཅེས་བརྗོད། སློབ་དཔོན་གྱིས་གསུང་དོན། ཁོང་ཚོས་རང་ལ་ཁྲག་གི་ཚབ་ལ་འོ་མ་དང་། ཤའི་ཚབ་ལ་འབྲུ་སྤྲོད་དགོས་ལབ་ནས། བྱམས་སྙིང་རྗེ་དང་། གུས་བརྩེ་ཆེན་པོ་བྱེད་བཅུག་ནས་བསྟད་དགོས་ཞེས་གསུངས། མཐའ་མ་དེར་ན་ཟུག་ཚད་ལས་བརྒལ་བར་གཏོང་གི་ཡོད་རྐྱེན་སློབ་དཔོན་ཁོང་ལ་ཁས་མི་ལེན་ཀ་མེད་ཆགས། དེའི་རྗེས་སློབ་དཔོན་གྱིས་ཁོ་པའི་ཁ་ནས་ཕྱིར་འདོན་ཐབས་རྗེས་དེ་མ་ཐག་སྲིན་བུའི་ན་ཟུག་འཇོམས། གྲོང་གསེབ་པ་རྣམས་སྐྱེ་བཙིར་བཏང་བ་དང་ཁོང་ཚོ་བྲན་གཡོག་ལ་བཞག་པ་དེ་ཚོའི་རྗར་ནས་སྐྲ་དེ་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ་སྡུག་བསྔལ་ལས་མཐར། སྲིན་བུས་ད་ནས་བཟུང་ཡུལ་མི་ཚོར་སྡུག་བསྔལ་སྤྲོད་བཅུག་རྒྱུ་མིན་པ་དང་། ཁོང་ཚོའི་ཕྲུ་གུ་དང་། སྒོ་ཕྱུགས། ལོ་ཏོག་སོགས་ལ་སྣུང་སྐྱོབ་བྱེད་རྒྱུའི་དམ་བཅའ་བཞག དེའི་ཚབ་ཏུ་སློབ་དཔོན་གྱིས་ལོ་ཏོག་ལེགས་པོ་ཡོང་ཆེད་གནམ་ལ་ཐན་པ་ཡོང་སྐབས་ཆར་པ་འདྲེན་རྒྱུ་དང་། ཕྲུ་གུ་མེད་པ་རྣམས་ལ་ཕྲུ་གུ་སྦྱིན་པ་སོགས་ཡུལ་དེའི་སྲུང་མ་བཞིན་

བཞུགས་བཅུག། ཐབས་ལམ་དེ་བརྒྱུད་ནས་སྐྱེ་བོ་དམ་པ་སློབ་དཔོན་པདྨ་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་འཇིགས་སྐྲག་ཅན་གྱི་འདྲེ་དེ་ཞི་བར་འདུལ། འདྲེ་ཞིག་ལྷ་ཆགས་ཐུབ་པའི་རྒྱུ་མཚན་དེ་སྦྱིན་བུས་ཁྲག་ལེན་རྒྱུའི་ཆབ་ལ་འོམ་ལེན་པ་དང་། ཕྱུ་གུ་ལོ་བརྒྱད་ཀྱི་ཁ་ཟ་རྒྱུའི་ཆབ་ལ་དྲན་ཉ་ཞེས་པའི་གྲོ་ཞིབ་དེ་ལེན་པར་བྱས། དེ་ནས་བཟུང་ཡུལ་དེར་སྡུག་བསྔལ་དང་ན་ཚ་མེད་པར་གྱུར་ཏེ་ཞི་བདེ་དང་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་གྱུར། དུས་རབས་མང་པོའི་རྗེས་ལ་ཡུལ་དེའི་སྦྱིན་བུ་དེ་ལ་ཞི་བདག་རིན་པོ་ཆེ་ཞེས་གུས་བཀུར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

དུས་དེང་སང་ཡིན་ན་ཡང་ཁོང་ལ་ཡུལ་དེའི་ལྷ་རྟ་ཆེན་ཞིག་ལ་རྟེས་ནས་མི་མང་ཚང་མས་དད་གུས་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་རེད།

# The Hungry Ogre

So long ago in the past that only in stories can we imagine the time, the people of Barkhyang, Nyiondrang and Drangshod in Humla of Nepal lived in terror of an ogre called Shabdag. He haunted the forests around the meadow called the Mi Sol Sa, or the human-sacrifice site.

The ogre had magical powers and a great greed for the suffering of people because he thought that was the true nature of the world. He filled homes with the cries of fatherless children and childless mothers. He stopped the rains and forced the villagers to beg him for water during the season to sow new seeds. He destroyed crops by bringing hailstorms when the ears of the *uwa* wheat ripened. He broke the legs of yaks and sheep, or worse, he made them disappear. A sheep that dies in an accident can be fleeced and butchered, but a sheep that is lost is truly a heartbreaking loss.

Therefore, to keep Shabdag happy, the villagers brought an eight-year-old boy each year to the meadow and left him to be eaten by Shabdag. Then they hurried to their homes to hide in fear. Shabdag ate first the feet, then the legs, the fingers, palms, arms and the stomach of the boy. The villagers tried not to listen to the crunch of bones and the tearing of flesh. Shabdag chewed off the boy's ears before sucking out his eyes one by one. But only after he slurped

and swallowed the boy's screams did everything became quiet, then the villagers felt a heavy guilt oppress them.

After a thousand years of this terror, or maybe even a thousand such thousand years, the sage Padmasambhava, also called Guru Rinpoche, found himself in Barkhang. He carried his *phurva* dagger with which he had destroyed ignorance and expelled darkness from many other settlements on his journey towards Tibet. The enlightened mystic had already seen himself in Barkhang in an earlier vision, standing exactly at the spot where he stood now. He knew what would happen in the next moment, and in the next hour and the next day. So he let the question form itself and be expressed through him:

'Grandma! I am thirsty. May I have water?'

From inside the house came an old grandmother's feeble reply, 'Grandson! Pour yourself some water from the *chuzum* bucket by the door. My human shape has been taken away by an ogre, and I am too ashamed to show myself to anybody.'

But Padmasambhava had also seen this in his vision, so he smiled and said gently, 'No matter, grandma! Let me come inside and see if I can help.' And, although the old grandmother protested, the mystic convinced her to invite him inside.

In the gloom of the house the grandmother lay on a sheepskin rug by a hearth that had gone cold. Her hair was long and matted and alive, like a coil of serpents. When Padmasambhava looked closely, he saw that the hair belonged to another creature. The hair strangled the grandmother, and swept away into the darkness. Padmasambhava caught hold of one strand of hair and started rolling it into a ball.

Or, at that very moment, Padmasambhava was standing in a dozen different houses in the three villages of Barkhyang, Nyiondrang and Drangshod, and from each

house he was rolling the magical hair that strangled people and took away their human forms. Following the hair from each house, Padmasambhava crossed rivers and climbed over cliffs, scraped his shins on thorny scrubs and flew over deep gorges. He saw the ground shake subtly with deep snores and followed the sound to finally reach Lungphung, a small valley in the inner mountains where he saw the giant ogre Shabdag. He lay on a large mat of his own coiled and matted hair, and he slept under a blanket of his own coiled and matted hair, and dreamed of more blood and flesh, more screams of terror to bring him joy.

Padmasambhava leapt onto Shabdag's head, brought down his dagger on the ogre's head and shouted, 'Wake up, you cursed creature! Wake up to the light!'

The force and brilliance of the dagger made Shabdag jump up in anger. He opened his jaws wide and swallowed Padmasambhava.

Padmasambhava tore through Shabdag's stomach and climbed to his chest where a heart as large as two fighting bulls was beating angrily. He grabbed the heart and twisted it. Shabdag breathed through a pair of lungs larger than a monastery with three hundred students. Padmasambhava first squeezed one lung, then the other. He twisted the kidneys and spleen, the blameless liver and the hungry intestines.

Shabdag roared in pain. He knelt and drank first a stream, then a lake, and then a large river to take away the pain. But Padmasambhava kept jabbing at the ogre's organs with his dagger. Shabdag desperately scratched at a high meadow, making the mountainside crumble. Boulders and rocks rained into the valley below. He tried to crunch Padmasambhava in his belly. He writhed in pain and destroyed a forest. But the mystic in his stomach only laughed louder and louder.

Shabdag swallowed a forest of pines to knock Padmasambhava unconscious, and he swallowed large boulders to crush his enemy. Padmasambhava arranged the boulders into a stove and lit pine logs to build a large fire.

'Who are you?' Shabdag roared. 'What do you want?'

'I am Padmasambhava, the bringer of light and expeller of darkness. I will take your pain away if you promise to stop eating innocent children and stop troubling the people of these villages.'

'No, no, no!' Shabdag whined. 'This is my land, and these are our traditions. I am nothing without the offerings and terrified praises from my people.'

'Let them offer you milk instead of blood, and grains instead of flesh. Let them live with compassion and respect for you instead of fear,' Padmasambhava said. Defeated and suffering unimaginable pain, Shabdag finally agreed. Padmasambhava flew out from his mouth and healed him from the inside, so that the pain disappeared. The hair that had strangled the villagers and kept them enslaved also disappeared and the villagers were liberated.

'I promise to never bring suffering to my people and forever protect them, their children and cattle, and their crops,' Shabdag promised.

In exchange, Padmasambhava blessed him, 'Bring rain to end droughts, bless the fields with plentiful harvests, and grant children to the childless. Live as the protector of these lands!'

In this manner, the ferocious ogre Shabdag was tamed by the mystic Padmasambhava. Because even a demon can attain enlightenment, the Shabdag began to accept milk instead of blood and a figure of dough, called the Drangya, instead of the flesh of an eight-year-old boy. Pain and misery ended and prosperity and joy began. After many centuries,

the Shabdag – the lord of the land – was respectfully called the Zhibdag Rinpoche, the precious deity of the land where he is still worshipped and respected.

# བྱ་ལྷུགས་སྐྱོན་པའི་སྒྱུ་འཕྲུལ་མ།

༄༅། །སྒྱུ་མ་མཁན་གྱི་དུས་སུ་བོད་ཀྱི་མདའ་རིས་རྫོང་ཁོངས་ཀྱི་ལུང་ཁུག་ཆུང་དུ་ཞིག་ནང་བྱ་ལྷུགས་སྐྱོན་པའི་སྒྱུ་འཕྲུལ་མ་ཞིག་བསྡད་ཀྱི་ཡོད། སྒྱུ་འཕྲུལ་མ་དེ་སྡོད་སའི་ལུང་ཁུག་སྐྱོ་པོ་དེ་གངས་རིན་པོ་ཆེའི་གྲིབ་བསིལ་འོག་ལ་གནས་ཡོད། སྤྱིར་སྒྱུ་འཕྲུལ་མ་དེ་རྒྱལ་པོའི་མཁར་ནས་བར་ཐག་ཐུང་རིང་ཙམ་གྱི་སར་གནས་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་། མོ་རང་གི་མཚན་སྙན་གྲགས་དེ་བོད་ས་ཡོངས་ལ་ཁྱབ་ཡོད། སྒྱུ་འཕྲུལ་མ་དེར་རྫུ་འཕྲུལ་སྟོན་བྱེད་ལྷ་བྱའི་པགས་པ་ཞིག་ཁུག་མ་ཞིག་གི་ནང་ལ་ཡོད། པགས་པ་དེ་གྱོན་ན་ཁོང་མོ་ནམ་མཁའི་ལྷ་བྱར་གྱུར་ཏེ་གདུག་རྩུབ་ཅན་གྱི་གདོན་འདྲེ་མང་པོ་བཏུལ་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པར་བརྗེན། སྒྱུ་འཕྲུལ་མ་དེའི་མིང་ལ་བྱ་ལྷུགས་སྐྱོན་པའི་སྒྱུ་འཕྲུལ་མའམ་ཕུ་ཤུ་བ་སེལ་རྫོང་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད།

སྒྱུ་འཕྲུལ་མ་དེའི་གྲོང་གསེབ་དབང་བསྒྱུར་བྱེད་མཁན་གྱི་རྒྱལ་པོ་དེ་རྟ་རྒྱུག་འགྲན་རྒྱུར་དགའ་པོ་ཡོད། པོ་ལྟར་རྒྱལ་པོ་དེས་འབྲུག་ཡུལ་དང་། སྤ་མར་ཁྲན་སོགས་ཡུལ་ལུང་སོ་སོ་ནས་དབང་ཐང་ཅན་གྱི་རྒྱལ་པོ་དང་། དཔའ་དར་ཅན་གྱི་པོ་རྒོད་དེ་བཞིན་མི་མང་སོགས་སྐད་བཏང་ཏེ་ཁོ་བོའི་རྟ་དང་མཉམ་དུ་རྟ་རྒྱུག་འགྲན་བསྡུར་བྱེད་དུ་བཙུག་གི་ཡོད། དུས་སྟོན་དེའི་སྐབས་ཨབ་ཨབ་ལྷཱནི་སི་ཧྣན་དང་། རྒྱ་གར་རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་ནས་དམག་རྟ་ལེགས་ཤོས་གང་ཡིན་མིན་ལྟ་མཁན་མང་པོ་སླེབས་ཀྱི་ཡོད། སྐབས་དེར་རྟ་རྒྱུག་འགྲན་མཁན་གྱི་ཁ་གཏད་ཤོག་ཁག་གི་རྒྱལ་པོ་དང་ཚོང་པ་སོ་སོས་བདུད་མོ་དང་འདྲེ་མོ་སོགས་རོགས་པར་མངགས་ཏེ་གནོད་པ་སྐྱེལ་བཙུག་གི་ཡོད། དུས་སྟོན་དེའི་སྐབས་ཀྱི་འགྲན་བསྡུར་དེར་ལམ་ལྷོངས་ཡོང་ཕྱིར་རྒྱལ་པོས་གཡོག་པོ་ཞིག་ལ་སྒྱུ་འཕྲུལ་མ་དེ་རོགས་སུ་སྐད་བཏང་བར་མངགས། གཡོག་པོས་སྒྱུ་འཕྲུལ་མ་དེར་ཁྱེད་རྒྱལ་པོའི་དཔུང་རོགས་ལ་ཡོང་དགོས་པའི་བཀའ་བཏང་བྱུང་ཞེས་སྐབས་དེར་

སྒྲུ་འཕྲུལ་མ་དེས་ཡུལ་གྱི་བགྲེས་སོང་རྣམས་ལ་ང་རང་རྒྱལ་པོའི་དཔུང་རོགས་ལ་ཕྱིན་ན་ལེགས་མིན་གྱི་སྐོར་ལ་གཡས་དྲི་གཡོན་དྲི་བྱས་རྗེས་པོ་བྲང་ཕྱོགས་ལ་ཐོན་གྲབས་བྱས། ཁོང་མོས་འོས་ཆེམ་ཆེམ་གྱི་ལྷ་བྱའི་པགས་པ་དེ་གྱོན་རྗེས། རྐང་པར་སྡེར་ལག་སྐྱེས། མཛིང་པ་དེ་རིང་པོ་དང་ཕྲ་བོར་གྱུར།

དཔུང་པ་དེ་རྒྱ་ཆེ་རུ་ཕྱིན་ཏེ་གཤོག་པ་སྐྱེས། གཤོག་པ་གཉིས་ཤུགས་ཆེན་པོ་བརྡབས་རྗེས་ནམ་མཁར་འཕྱོར་པ་དང་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ཡོངས་སུ་སྒྲིབ། རྒྱལ་པོའི་གཡོག་པོ་དེ་མ་འཕྱོར་བའི་ཉིན་བཞིའི་སྔོན་བྱ་ལྷགས་གྲོན་པའི་སྒྲུ་འཕྲུལ་མ་དེ་རྒྱལ་པོའི་མཁར་དུ་འཕྱོར་ཟིན།

རྒྱལ་པོ་ན་རེ། ཁྱོད་ལ་ནུས་མཐུ་ཡོད་པ་བཞིན་དུས་སྟོན་སྐབས་འདྲེ་དང་། བདུད་སྲིན་རྣམས་བཏུལ་ཏེ་ཁོ་ཚོའི་གནོད་པ་ཁོགས་ཤིག་ཅེས་བཀའ་བཏང་། དེ་ལྟར་སྒྲུ་འཕྲུལ་མ་དེས་དང་ལེན་བྱས། དུས་སྟོན་གྱི་སྐབས་རྒྱལ་པོ་བརྒྱ་དང་མཉམ་དུ་དམག་མི་སྟོང་ཚོ་མང་པོ་དང་། དེ་བཞིན་ཡུལ་དེའི་གྲྭ་བཙུན་དང་། མི་མང་བཅས་འདུ་འཛོམས་ཆེན་པོས་ལྟད་མོ་བལྟ་བར་སླེབས། ཚང་མས་དུས་སྟོན་གྱི་སྐབས་ལ་རྒྱན་རྩེད་དང་། ཚང་རག་ལ་སོགས་པར་ལོངས་སུ་སྤྱོད་བཞིན་སྤྱོད་བཞིན་འདོད་ཊམ་གྱིས་གཡོ་སྒྲུ་དང་། ཁོང་ཁྲོ་ཧི་ཆེར་འཕེལ་བའི་སྐབས་དང་བསྟུན་ནས་འདྲེ་སྲིན་དེ་དག་པོ་མོ་ཚོའི་ཁོག་ཏུ་རྒྱུ་རུ་ཡོང་གི་ཡོད་པ་དང་། འདྲེ་སྲིན་རྣམས་ཁོག་ཏུ་འཛུལ་མ་ཐག་ཕྲུ་གུས་ཕ་མའི་ཁ་ལ་མ་ཉན་པ་དང་། གྲོགས་པོའི་བར་འཛིང་རེས། གཅེན་གཅུང་དབར་རྐུ་རེས། དགའ་རོགས་དབར་མགོ་སྐོར་གཏོང་རེས་མི་བྱེད་ཀ་མེད་ཐུབ་གི་ཡོད་པའི་འཇིགས་སྣང་སྐྱེ་དགོས་པའི་ནུས་མཐུ་གཏོང་གི་ཡོད།

ད་ཐེངས་ཀྱི་དུས་སྟོན་དེའི་སྐབས་རྒྱལ་པོས་སྒྲུ་འཕྲུལ་མ་དེར་ལྟད་མོ་བ་ཚོར་ལྟ་རྟོགས་བྱེད་རྒྱུར་མངགས་བྱ་བྱས། འདྲེ་སྲིན་གྱིས་མི་མང་གི་འཚང་ཀའི་དབར་འཛུལ་གྲབས་བྱེད་པའི་སྐབས་སྒྲུ་འཕྲུལ་མ་དེས་རྒྱལ་པོའི་པོ་བྲང་གི་རྩེ་ནས་མཐོང་མ་ཐག་ལམ་སེང་ལྷ་བྱའི་པགས་པ་དེ་གྱོན་ཏེ་ནམ་མཁར་འཕུར་ཡོང་ནས་འདྲེ་སྲིན་རེ་རེ་བྱས་ནས་ཟིན་ཏེ་ནམ་མཁར་འཕུར་རྗེས་འོད་མདངས་འཚེར་ལ་ཚ་དྲོད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་ཉི་མའི་གཟི་འོད་ལ་འཇོག་གི་ཡོད། གཞན་ཡང་འདྲེ་སྲིན་འགའ་ཤས་བྱ་ལག་གི་སྡེར་མོས་ཙག་བཤགས་བཏང་། འདྲེ་སྲིན་གདུག་པ་ཅན་རྣམས་བཏུལ་ཚར་རྗེས་རྒྱལ་པོ་དང་དམག་མི། དེ་བཞིན་སྐྱེ་བོ་ཕོ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲུ་འཕྲུལ་མ་དེར་དགའ་བསུ་ཞུས། དེར་བརྟེན་བྱ་ལྷགས་གྲོན་པའི་སྒྲུ་འཕྲུལ་མ་དེ་ཡོད་པར་བརྟེན་རྒྱལ་པོའི་ཧ་རྒྱུག་དེར་ལམ་ལྷོངས་ཆེན་

པོ་ཡོང་གི་ཡོད་ལ་ལོ་རེ་ནས་ལོ་རེར་རྒྱལ་པོའི་བང་མཛོད་དེ་ཕྱུག་རུ་ཕྱིན་ཏེ་རྒྱལ་པོའི་མཁར་ནང་རྩ་ཆེ་བའི་ཛོ་དང༌། གསེར། སུ་ཏིག་སོགས་ཀྱིས་འཁེངས་པར་བྱས། འོན་ཀྱང་རྒྱལ་པོར་སེམས་ཁྲལ་ཞིག་བྱུང་བ་ནི་བྱ་ལྤགས་གྱོན་པའི་སྒྱུ་འཕྲུལ་མ་དེ་རྒྱལ་པོ་དང་རྒྱལ་པོའི་ཧ་རྒྱུག

འགྲན་བསྡུར་ལས་སྐན་གྲགས་ཆེ་བ་གྱུར་བ་དེ་ཡིན། དེར་བརྟེན་འདུ་འཛོམས་བྱུང་བའི་རྒྱལ་པོ་དང༌། དཔའ་རྒོད། ཚོང་པ་བཅས་ཀྱིས་དཀའ་ངལ་ལ་མི་འཛེམས་པར་འཁྲུགས་པས་ཁེངས་པའི་རྩྭ་ཐང་དང༌། གྲང་ཤུར་ཤུར་གྱི་བྱེ་ཐང་བཅས་བརྒལ་ཏེ་སྒྱུ་འཕྲུལ་མ་དེར་ལྟ་རུ་ཡོང༌། འཛམ་གླིང་ཕྱོགས་མཐའ་ཁག་ནས་ཀྱང་བྱ་ལྤགས་གྱོན་པའི་སྒྱུ་འཕྲུལ་མ་དེའི་སྐོར་ལ་ཕྲུ་གུ་ཚོར་དགའ་པོ་ཡོང་ཆེད་སྒྲུང་ཡང་བཤད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

ཉིན་ཞིག་རྒྱལ་པོས་རོ་བཅུད་ལྡན་པའི་ཞལ་ལག་མཆོད་པའི་རྐྱེན་གྱིས་གཉིད་ལ་ཤོར་བར་བརྟེན་རྨི་ལམ་ནང་བདུད་མོ་ཞིག་རྨིས་ཏེ་ཁྱོད་ལ་ཅི་དགོས་སམ་ཞེས་རྒྱལ་པོས་དྲིས་པས། ཁྱོད་ལ་གང་དགོས་པ་དེ་ང་ལ་ཡང་དགོས་ཞེས་བདུད་མོ་དེས་ལན་བརྒྱབ་པ་དང༌། ཡང་བདུད་མོ་ན་རེ་ང་ལ་དགོས་པ་དེ་ཁེངས་སྐྱོམ་ཆེ་བའི་བྱ་ལྤགས་གྱོན་པའི་སྒྱུ་འཕྲུལ་མ་དེ་མེད་པར་བཟོས་ན་ངས་ཁྱེད་ལ་ཧ་རྒྱུག་འགྲན་བསྡུར་སྐབས་འདྲི་སྲིན་དག་མེད་པ་བཟོས་ཆོག་ཅེས་བཤད།

དེ་མ་ཐག་རྒྱལ་པོ་གློ་བུར་དུ་གཉིད་ལས་བསད་དེ་ལག་གཡོན་མར་ཀ་རག་གི་ཛོ་དང༌། ཟངས་ཀྱི་རྒྱུ་ལས་གྲུབ་པའི་ལག་ཆ་ཞིག་ཡོད་པ་མཐོང་ཏེ་ཁོ་བོས་རྨི་ལམ་ནང་གི་བདུད་མོ་དེ་རང་ཉིད་ཀྱི་གམ་དུ་སླེབས་པ་ཤེས། ཐེངས་རྗེས་མའི་ཧ་རྒྱུག་འགྲན་བསྡུར་གྱི་ཉིན་མོ་དངོས་གཞིའི་སྐབས་བྱ་ལྤགས་གྱོན་པའི་སྒྱུ་འཕྲུལ་མས་རྒྱལ་པོའི་ཕོ་བྲང་གི་རྩེ་ལ་འཛེག་སྟེ་ཁུག་མའི་ནང་ནས་ལྷ་བྱའི་པགས་པ་དེ་ཕྱིར་སྟོན་སྐབས་གོ་ཐལ་མ་གཏོགས་མཐོང་རྒྱུ་མེད་པ་རེད། མི་ཞིག་གིས་སྒྱུ་འཕྲུལ་མ་རང་ཉིད་ཀྱི་རྫུ་འཕྲུལ་བསྟོན་བྱེད་ཀྱི་ལྷ་བྱའི་པགས་པ་དེ་མེར་བསྲེགས་པ་དང་ལྷན་དུ་ཁོང་མོའི་རྫུ་འཕྲུལ་དེ་ཡང་མེད་པར་གྱུར། ཁོང་མོ་ཧོན་ཐོར་བའི་ངང་ཕར་ལྟ་ཚུར་ལྟ་བྱེད་སྐབས་རྒྱལ་པོས་ཁྲིལ་གད་བྱས་ཏེ་བསྡད་བཞིན་ཡོད་པར་མཐོང༌། དེ་མ་ཐག་ལྟད་མོ་ལྟ་མཁན་གྱི་མི་མང་ཚོའི་ཕང་འོག་ནས་དངངས་སྐྲག་ལྡན་པའི་འདྲེ་སྐད་དང་ལྷན་ནས་མཁར་དུ་ནག་ཅིག་འཕྱིལ་ཏེ་བདུད་མོ་དེའི་རང་གཟུགས་དམར་རྗེན་དུ་མངོན་ཏེ་མི་གཙང་བའི་དྲི་མ་ཞིག་ཀྱང་དང་གིས་བར་སྣང་དུ་ཁྱབ།

སྒྱུ་འཕྲུལ་མས་རྒྱལ་པོའི་ཕོ་བྲང་ནས་བྲོས་རྗེས་བྱས་རྗེས་བདུད་མོ་དེས་ཕོ་བྲང་ནས་ཕྱིར་སྟོན་དེ་སྙིང་ཚ་བོ་དེ་ཕྱིར་བླངས་ཏེ་སྒྱུ་འཕྲུལ་མ་དེ་ས་མཐིལ་དུ་གཡུགས། དེ་

མ་ཐག་བདུད་མོ་དེས་དངངས་སྐྲག་ཐོག་གནས་པའི་མི་མང་ཚོའི་མགོ་བོའི་ཐོག་ལྡིང་བསྐོར་རྒྱག་པ་དང་ལྷན་དུ་གད་མོ་ཤོར་གྱིན་སྒྱུར་འཕྲུལ་མར་དུ་ལྡངས་ཁྱོད་ལས་སླ་པོར་ཤི་བཅུག་གི་མིན། ལོ་གསུམ་རིང་ཁྱོད་ཀྱིས་ངའི་ཨབ་ཕྲུག་ཚོར་སྡུག་ཐོན་བཅུག་ཡོད་ཙང་ལོ་གསུམ་གྱི་རྗེས་ལ་ཁྱེད་རང་གི་སྙིང་དེ་ཟ་རྒྱུ་ཡིན། འོན་ཀྱང་དུས་ཚོད་དེ་མ་ཟིན་བར་ཁྱེད་རང་ལ་བཟོད་པར་དཀའ་བའི་དཀའ་སྡུག་མྱོང་བཅུག་གི་ཡིན་ཞེས་ཕྱིར་ལོག་མ་བརྒྱབ་སྔོན་ལ་བཤད།

ཉི་མ་ལ་ཁར་བཞུས་རྗེས་ལྟད་མོ་བ་དེ་ཚོ་དགའ་སྟོན་དུ་རོལ་འགོ་ཚུགས། འོན་ཀྱང་སྒྱུ་འཕྲུལ་མ་སེམས་སྡུག་དང་ལྷག་སྙེ་དགོན་མཆོག་ལ་སྨོན་ལམ་ཞིག་བཏབ། གཞོན་ནུ་མདའ་རྒྱལ་བ་ཞིག་གིས་ལོ་གསུམ་རིང་སྒྱུ་འཕྲུལ་མས་འདྲེ་སྲིན་ཚོ་བཏུལ་བ་མཐོང་བར་བརྟེན་ད་ཐེངས་ཁོང་མོ་ཡིད་སྐྱོ་བའི་གནས་སྟངས་དེ་ར་མ་བཟོད་པར་ཁོང་མོའི་གམ་དུ་ཕྱིན་ཏེ་ཕུས་མོ་ས་ལ་བཙུགས་པ་དང་། གུས་འདུད་ཞུས་ཏེ་ནམ་མཁའི་སྲས་མོ་ལགས་ཁྱེད་ཀྱི་སེམས་སྡུག་དེ་ཇི་ལྟར་མེད་པར་བཟོ་དགོས་མིན་ང་ལ་གསུང་རོགས་ཀྱིས་དང་ཞེས་བཤད། སྒྱུ་འཕྲུལ་མ་ན་རེ། རྒྱལ་པོས་ལྷ་བྱའི་པགས་པ་དེ་མེར་བསྲེགས་བཏང་བར་བརྟེན་ངའི་རྫུ་འཕྲུལ་དེ་ཡང་མེད་པར་གྱུར་འདུག སོང་ཙང་བདུད་མོ་དེས་ངའི་སྙིང་འཕྲེར་ཕྱིན་ཏེ་ལོ་གསུམ་རིང་ཤི་རུ་བཅུག་གི་མིན་ཞེས་བརྗོད་བྱུང་། གལ་ཏེ་ངའི་སྙིང་དེ་ཚུར་མ་རགས་ན་ང་ཤི་རྒྱུ་རེད་ཅེས་བཤད། ཁོང་མོས་མདའ་རྒྱལ་བ་དེའི་རྣ་ཅོག་གི་གམ་དུ་བཅར་སྟེ་བདུད་མོས་སྙིང་དེ་གང་དུ་སྦས་ཡོད་མེད་ཀྱི་གསང་བ་ཚང་མ་བཤད། མདའ་རྒྱལ་བ་དེས་སྒྱུ་འཕྲུལ་མ་དེའི་སྙིང་བདུད་མོ་དེས་ག་དུས་འཕྲེར་ཕྱིན་མིན་གྱི་ཟླ་དུས་ཆེས་གྲངས་སེམས་ནང་གཏན་པོར་བཞག་སྟེ་ལྷོ་ཕྱོགས་ཀྱི་རི་བོ་ཆེན་པོ་གངས་རིན་པོ་ཆེའི་ཕྱོགས་སུ་གོམ་བགྲོད་བྱས། ཁོ་བོས་བདུན་ཕྲག་གཅིག་རིང་མཚོ་བརྒལ་བ་དང་། འབྲུག་རོམ་སྟེང་ལ་འཛེགས་པ།

དགོང་མོ་གཟིག་གིས་གམ་དུ་ཡོང་ནས་དྲི་སྣོམ་བྱེད་པ་བཅས་དཀའ་ཚེགས་མང་པོ་བརྒྱུད། འོན་ཀྱང་ཞུམ་པ་མེད་པའི་མདའ་རྒྱལ་བ་དེས་རང་ཉིད་ཀྱིས་དམིགས་འབེན་ལ་བཟུང་བའི་སྙིང་སྟོབས་དང་གཟི་བརྗིད་ཀྱིས་བར་ཆད་ཚང་མ་བཟློག

བདུན་ཕྲག་གཅིག་གི་རྗེས་ལ་ཁོ་བོས་ཤིང་ནགས་དབུས་སུ་གཡག་གི་རྩིད་པས་བཟོས་པའི་སྦྲ་གུར་ཞིག་མཐོང་བ་དང་། སྔོན་ཏ་རྒྱུག་འགྲན་བསྡུར་གྱི་དུས་སྟོན་སྐབས་བདུད་མོ་ལས་བྱུང་བའི་དྲི་དང་དེ་སྣ་ལ་འཕྱུལ་བས་དེར་བདུད་མོ་དེ་ཡོད་པར་ཤེས། ཁོ་བོས་དེ་ག་རང་ནས་ཨ་མ་ལགས། ང་ཁྱེད་ཀྱི་བུ་གུ་ཡིན། ང་ལོག་ཡོད་ཅེས་བཤད། དེ་མ་ཐག་བདུད་མོ་དེ་སྦྲ་གུར་ནས་ཕྱིར་ཐོན་ཏེ་ཧོན་ཐོར་བའི་ཐོག་ནས་ཁོ་བོར་ལྟ་བཞིན། ཡང་

སྙིང་རང་ཉིད་ལ་བུ་ཕྲུག་ཞིག་ཡོད་མེད་ཡུད་ཙམ་རིང་འདྲངས་རྒྱུག་གི་ནང་ལྷུངས། ཁོང་མོས་མདའ་རྒྱལ་བ་དང་བར་ཐག་རིང་ཙམ་གྱི་ས་ནས་གློ་བུར་དུ་ང་ལ་ཕྲུ་གུ་ཞིག་བྱུང་སྙོང་མེད་ཅེས་བཤད། མདའ་རྒྱལ་བ་དེས་སླར་ཡང་ང་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྲུ་གུ་ཡིན་ཞེས་བཤད། བདུད་མོ་དེས་སོར་མོ་གང་གི་ས་ནས་ཁོ་བོའི་མིག་ལ་བཙེར་ཏེ་བསྐོར་བ་རྒྱུག་གིན་དུ་ཞིབ་མོར་བལྟ་ཞིབ་བྱས་ཏེ་སྔོན་མར་རང་ཉིད་ཨ་མ་ཞིག་བྱེད་སྙོང་ཡོད་མེད་དྲན་གསོས་མ་ཐུབ་པའི་ཁར། སྡིག་བཅད་པ་དང་། ཁྲག་འཛེབས་པ་བཅས་བདུད་མོ་ཞིག་ཡིན་མིན་ཡང་དེ་བས་དབྱེ་མཚམས་གསལ་པོ་མ་ཆོད།

གལ་སྲིད་ཁྱེད་རང་ངའི་ཕྲུ་གུ་ཡིན་ན་འདིར་ཡོང་ནས་ཁྱེད་རང་གི་གློ་སྙིང་མཆིན་གསུམ་མ་བརྗོལ་བར་དུ་ངའི་འོ་མ་ཐུངས་དང་ཞེས་བཤད་རྗེས་ཁོ་བོས་ཁོ་མོའི་གམ་དུ་ཕྱིན་ནས་རྒྱུན་ལྡན་བཞིན་ཕྲུ་གུས་མའི་འོ་མ་འཐུང་བ་ལྟར་མིག་གཉིས་བཙུམས་ནས་སྐྱོ་བར་བྱས། བདུད་མོས་ཁོ་བོའི་སྙིང་དེ་ལྕགས་ཀྱུ་ཞིག་གི་རྩེར་བཀོན་ནས་མེར་བསྲེགས་ཏེ་ཚྭ་བླུགས་རྒྱབ་རྗེས་ལ་ཁའི་ཉི་མ་ནུབ་ཁར་ལྟད་མོ་ལྟ་གིན་ཟ་དགོས་བསམས། འོན་ཀྱང་མདའ་རྒྱལ་བ་དེས་མོའི་འོ་མ་བདུན་ཕྲག་ནས་ཟླ་བ། ཟླ་བ་ནས་ལོ་བཏུངས་རྗེས་གཞི་ནས་ཁོ་མོས་རང་ཉིད་ཁོ་བོའི་ཨ་མ་ཡིན་པར་སྙམ།

མདའ་རྒྱལ་བ་དེས་ཁོ་མོར་ཨ་མ་ཡིན་ཤག་གིས་ཤིང་འཐུ་བ་དང་། ཆུ་ལེན་པ་སོགས་རོགས་རམ་བྱས། ཁོ་མོས་ཁ་ལག་བཟོས་ནས་ཁོ་བོར་བྱམས་ཀྱིས་སྐྱོང་བར་བྱས། ད་དུང་ཁོ་བོ་ཕྱིར་རི་དྭགས་རྔོན་སྐབས་གནོད་སྐྱོན་མི་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་ཁོ་མོས་སྲུང་སྐྱོབ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ལ། ཁོ་བོས་གདུས་རི་དྭགས་རྔོན་ན་ཡང་མདའ་དང་གཞུ་གཉིས་མཉམ་འཁྱེར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པར་བརྟེན། ཁོ་མོས་གཞུ་རྩེ་རྡོ་བོར་བཏར་བ་དང་། སྲོང་པོར་ཉར་ཚགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

ཁོ་མོས་རང་ཉིད་ཨ་མ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་བའི་ཚོར་སྣང་དང་། མི་ཞིག་ངའི་རོགས་སུ་ཡོད་སྙམ་པའི་བདེ་བ་དང་། བློ་ཡིད་ཚིམ་པར་གནས། ཁོང་གཉིས་ནི་དགུན་དུས་ཀྱི་སྐབས་སྦྲ་གུར་ནང་བསྡད་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། དབྱིད་ཀ་ཕྱེ་མ་ལེབ་ཐོག་མར་སླེབས་སྐབས་ཕྱིར་ཉི་མའི་ནང་སྐྱིད་ཆ་བཤད་ནས་བསྡད་ཀྱི་ཡོད། དེར་ལྟར་ལོ་གསུམ་མ་ཟིན་ཙམ་གྱི་བར་དུས་མདའ་བར་བྱས། མདའ་རྒྱལ་བ་དེས་ཁོག་རྩིས་རྒྱབ་སྐབས་ད་ལོའི་དབྱིད་དུས་ཀྱི་རྟ་རྒྱུགས་འགྲན་བསྡུར་དེ་སྒྱུ་འཕྲུལ་སྙིང་འཁྱེར་ཏེ་ལོ་གསུམ་ཕྱིན་པའི་དུས་སྟོན་དེ་ཡིན་པར་དྲན་གསོ་བྱས་ཏེ། དུས་སྟོན་མ་སླེབས་པའི་ཉིན་གཉིས་སྔོན་ནགས་ཚལ་གྱི་དབུས་སུ་ཕུབ་པའི་སྦྲ་གུར་གྱི་གཡས་གཡོན་ཚང་མར་བདུད་མོ་དེའི་སྙིང་འཚོལ་ཞུར་

བྱེད་སྐབས་ཤུག་སྡོང་ཞིག་གི་ཡལ་གའི་ཐོག་ལུག་གི་གྲོད་པས་བཟོས་པའི་ཁུག་མ་ཞིག་གི་ནང་ལྡིར་ཙམ་ལྡིར་ཙམ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་ཞིག་མཐོང་མ་ཐག   ཁོ་བོས་སྒྱུ་འཕྲུལ་མས་གང་བཤད་པ་དེ་དྲན་གསོས་རྗེས་ཁུག་མ་དེའི་ནང་བདུད་མོ་དེའི་སྙིང་ཡོད་པར་ཤེས།

དེ་ནུབ་ཀྱི་དགོང་མོ་མདའ་རྒྱལ་བ་དེའི་སེམས་ནང་དངངས་སྐྲག་གིས་གཉིད་རྫུན་ལྡབ་སྐྱེ་དགོང་མོ་དེ་འཁྱོལ་བར་བྱས།   དེའི་ཕྱི་ཉིན་ཞོགས་པ་བདུད་མོ་དེས་གཅེས་ཕྲུག་ཡར་ལོངས་ཤིག་ཅེས་ཆུ་བན་ཞིག་སྤྲད་དེ་ཆུ་གཙང་མ་ཞིག་ལེན་ཤོག་ཅེས་སྨྲས།   ངས་ཁ་ལག་མ་བཟོས་སྔོན་སྒྱུ་འཕྲུལ་མའི་སྙིང་དེ་གཙང་བཟོ་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད།   སྒྱུ་འཕྲུལ་མའི་སྙིང་ཚ་བོ་དེ་རྫ་སྣོད་སྙིང་རྗེ་མོ་ཞིག་གི་ནང་འཕག་ཙམ་འཕག་ཙམ་བྱེད་བཞིན་བཞག་ཡོད།

མདའ་རྒྱལ་བ་དེས་རྫ་སྣོད་དེར་འོད་མདངས་ཞིག་འཚེར་བཞིན་ཡོད་པ་མཐོང་སྐབས་སྙིང་དེ་སྒྱུ་འཕྲུལ་མའི་ཡིན་པར་ཤེས།   ཁོ་བོས་ཆུ་བན་དེ་བླངས་རྗེས་ཆུ་མིག་གི་འགྲམ་དུ་རྒྱུག་ཤར་གློད་བཞིན་ཕྱིན།   ཆུ་མིག་དང་།   སྦྲ་གུར་གྱི་དབར་ན་ཤུག་སྡོང་གི་ཡལ་རྩེར་འཕར་ལྡིང་བྱེད་བཞིན་པའི་བདུད་མོའི་སྙིང་དེར་མདའ་ལེན་གསུམ་ཞུས་རྗེས་སྦྲ་གུར་གྱི་འགྲམ་དུ་རྒྱུག་ཕྱིན།   ནང་དུ་འཛུལ་མ་ཐག་བདུད་མོ་དེའི་ལག་ཏུ་གྲི་ཞིག་ཐོག་ཏེ་ས་ལ་གྱེལ་ནས་སྒྱུ་འཕྲུལ་མའི་སྙིང་བཞག་ཡོད་པའི་སར་གོག་ནུད་བྱེད་པ་དང་ཁོ་བོར་ལྟ་བཞིན་ཁོང་ཁྲོའི་མེ་ལྕེ་རབ་ཏུ་འབར་ཏེ།   ལག་གཉིས་འདར་སིག་སིག་དང་ཁྱིད་ངའི་ཕྲུ་གུ་མ་རེད་ཅེས་བཤད།   བདུད་མོ་དེས་རྫ་སྣོད་ནང་གི་སྙིང་ཁར་མ་ཐོག་ཙམ་དེར་མདའ་རྒྱལ་བ་དེས་ཚུར་བླངས་རྗེས།   བདུད་མོ་དེའི་སོ་རྣམས་ས་ལ་ལྷུངས་འགོ་ཚུགས། སྐྲ་རྣམས་འབུད། ཤ་ལྤགས་དག་གཉེར་མར་ཁུམས། ནུ་མ་ཚང་མ་སྐམས།

མདའ་རྒྱལ་བ་དེས་ཁུ་སིམ་པོར་ཁྱིད་ངའི་ཨ་མ་མ་རེད་ཅེས་བཤད། དེ་ལྟར་ཉི་མ་ལ་ཁར་མ་བཞུས་སྔོན་ལུག་གི་གྲོད་པའི་ནང་སྙིང་དེ་སྐམ་སྐྱེ་འཕར་ལྡིང་བྱེད་མཚམས་བཞག་པ་དང་། བདུད་མོ་དེས་སྡུག་སྐད་དང་ལྷན་དབུགས་ཆད།

དེ་རྗེས་མདའ་རྒྱལ་བ་དེས་སྒྱུ་འཕྲུལ་མའི་སྙིང་དེ་འཁྱེར་ཕྱིན་ཏེ་རི་བོ་བརྒལ་ཏེ་མངའ་རིས་ཕྱོགས་སུ་ཕྱིན།   རྒྱལ་པོའི་མཁར་ནང་ལོ་གསུམ་ཙམ་རིང་སྡུག་སྐད་དང་། དཀའ་སྡུག་མཚམས་མ་ཆད་པ་བྱུང་བ་དེ་ཡང་གློ་བུར་དུ་མཚམས་ཆད། བདུད་མོ་དེ་ཤི་རྗེས་སྒྱུ་འཕྲུལ་མ་དེ་དྲག་སྐྱེས་བྱུང་བ་དང་སྔར་གྱི་རྫུ་འཕྲུལ་དེ་ཡང་རང་ལོག་བྱས། དེ་མ་ཐག་སྒྱུ་འཕྲུལ་མ་དེས་རྒྱལ་པོའི་གམ་དུ་ཕྱིན་རྗེས་རྒྱལ་པོས་སྐུ་མགྲིན་ཚོར་བསྟན་བཤིག་སློང་ཞིང་ཡོད་པའི་སྐབས་དང་མཚུངས།   སྒྱུ་འཕྲུལ་མས་རྒྱལ་པོར་མིག་གཉིས་

ཅེར་ཏེ་ལྷ་སྐབས་རྒྱལ་པོ་ཞེད་ཏེ་འདར་འགོ་བཙུགས་སྒྱུ་འཕྲུལ་མས་ཁྲུག་མའི་ནང་གི་འོད་དུ་འཚེར་བའི་ལྷ་བྱའི་བྱ་ལྤགས་དེ་མཐོང་། ལྷ་བྱའི་པགས་པ་དེ་གྱོན་ཏེ་རྒྱལ་པོ་དུམ་བོར་བཏང་བ་དང་། ཕོ་བྲང་གི་བང་མཛོད་ཀྱི་རྒྱ་ཕིབས་དེ་ཡང་གཏོར་བརླག་བཏང་། བྱ་ལྤགས་གྱོན་པའི་སྒྱུ་འཕྲུལ་མའམ་ཕུ་ཤུ་བ་སེལ་རྫོང་གིས་གཞོན་ནུ་མདའ་རྩལ་བ་དེས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྙིང་ཚ་བོ་དེ་འཁྱེར་ཏེ་རྒྱུག་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ཤེས་རྗེས་རི་བོའི་ཕྱོགས་སུ་འཕུར་བསྐྱོད་སུ་ཕྱིན་ནོ།།

# Puchawa Selzong

In the age of magic, a young woman lived in a remote village in Ngari Prefecture of Tibet. Her poor village was in the shadows of Mount Kailas. Although she lived far from the king's fort, she was famous throughout Tibet. She possessed the skin of a magical bird. When she wore the skin, she became a heavenly bird that could fight evil spirits. She was known as Puchawa Selzong, or, *the girl who wore the skin of a bird*.

The king who ruled over Puchawa Selzong's village was fond of holding horse races. Every year, he invited brave men and powerful kings from as far away as Samarkand and Bhutan to race against his horses. Spies from empires in Afghanistan and India also attended to see who raised the best warhorses.

In those days, rival kings and merchants sought the help of witches and evil spirits to harm their enemies. To protect the festivals and the races, the king sent a messenger to Puchawa Selzong.

'The king wants you at his fort,' the messenger said. After consulting with the village elders, Puchawa Selzong agreed to travel to the king's fort. She put on the shimmering skin of the heavenly bird. Her feet grew talons, her neck became slender and sleek, and her arms changed into broad wings. With a mighty leap and flapping of her wings she

reached the sky and blocked out the sun. She reached the king's fort four days before the messenger returned.

'You can fight witches and demons, so you will watch over the races and keep away evil forces,' the king commanded. Puchawa Selzong bowed obediently.

On the day of the race, a hundred kings and thousands of soldiers gathered with villagers, monks and children to watch the races. Bets were made and liquor was drunk. At such times, when greed, anger and cunning thoughts multiply in a crowd of men and women, evil creeps out from every corner and enters the hearts of men and women. When evil triumphs, friends fight, brothers steal from brothers, children disobey their mothers, and lovers think of betraying each other.

But the king had asked Puchawa Selzong to watch over the crowds. When evil spirits tried to enter, Puchawa Selzong saw them from her place on top of the roof of the king's fort. She would quickly don the magical bird-skin and swoop down from the sky. She would pick up an evil spirit and fly so high that the brightness of the sun would chase it away. Or, she would tear it apart with her talons. The kings, soldiers, men and women in the audience would cheer for Puchawa Selzong.

The king's races became very successful because of Puchawa Selzong's presence. Year after year, the king's treasury grew richer and richer, until his fort bulged outward at the walls from the weight of the precious stones, gold and ivory in his stores. But a new worry ate away at the king's heart: Puchawa Selzong was more famous now than the king or his races. Emperors and brave men traveled across frozen grasslands and cold deserts to catch a glimpse of the quiet maiden who wore the bird-skin to battle demons. Amazed young children in the farthest corners of the earth heard stories about the beautiful Puchawa Selzong.

As the king dozed off after a large meal a few days before the annual race, a witch appeared to him in his dreams. 'What do you want?' the king asked her.

'I want the same thing that you want,' the witch said. 'Help me destroy the arrogant Puchawa Selzong, and I promise to protect your races from other witches and evil spirits.'

When the king awoke, he found a flint-stone and steel in his left fist. He understood that the witch had really visited him.

On the day of the race, Puchawa Selzong climbed to the roof of the king's fort and reached into her bag for the bird-skin. But she found only ashes in the bag. Someone had burned her bird-skin and, with it, taken away her magic. She looked around puzzled and afraid until she saw the king smile.

From the shadows under the feet of the crowd a foul murmur rose as a sound and solidified midair as the outlines of an ugly witch. A strong, rotten smell filled the air. Puchawa Selzong tried to escape into the fort, but the witch plucked her off the roof of the fort, tore out her beating heart, and cast her down to the ground.

'I will not let you die yet, Puchawa Selzong!' the witch cackled as she flew round and round above the terrified crowd. 'For three years you have hunted my people. I will eat your heart on the third year. But, until then, you will suffer in unimaginable pain,' the witch said before flying away.

When the sun set and everybody went away to feast with their friends, Puchawa Selzong cried in pain and asked the gods for help. A young archer who had watched her fight evil year after year couldn't ignore her cries of pain and helplessness.

'Princess of the skies,' he knelt before Puchawa Selzong with respect. 'Please tell me how I can take your pain away!'

'The witch has my heart, yet she won't let me die. The king burned my bird-skin, and with it my magic. Unless my heart is returned from the witch, I will die.' She brought the

young archer's ear close to her mouth and told him the secret about where the witch's heart was hidden.

The young archer memorized the year, month, day and hour that the witch had taken Puchawa Selzong's heart and ran towards the towering mountain to the south of Kang Rinpoche. He walked for a week, climbing walls of ice and wading through frozen lakes. At night, snow leopards sniffed his face to see if they could eat him. But the brave archer's heartbeat was strong with purpose, and that scared away all misfortune.

A week later, in an opening in a pine forest, the archer saw a tent of yak wool. He remembered the smell from the day of the race and realized that he was before the witch's tent.

'Mother!' the archer shouted from where he stood. 'Mother! I am your son! I have returned home!'

A woman came out from the tent. She looked puzzled for a minute. It seemed she couldn't remember if she had a son or not.

'I have never given birth!' she said suddenly, taking a long stride towards the archer.

'Mother!' the archer repeated, 'I am your son!'

The witch hovered an inch away from his face and looked into his eyes. She couldn't remember if she had always been an evil spirit that killed and drank blood, or if she had once been a mother.

'If you are my son, come and drink my milk until your heart and lungs burst in your chest!' she challenged.

'Yes, mother!' the archer said. He took the witch's bared breast and closed his eyes like a baby with its mother. The witch first thought of how much fun she would have skewering the archer's heart and roasting it over a low fire, rubbing rock-salt on the cooked flesh, and eating it in the evening, picking meat from her teeth as she watched the sun set over the mountains.

When the archer kept suckling like a satisfied child first for an entire day, then for a whole week, then for a month and a year, the witch's eyes became wet with tears and she became convinced that she was indeed the archer's mother, and the archer indeed her son.

The archer collected firewood and fetched water for the witch, and the witch cooked for her son and fed him lovingly. When he went out to hunt, the witch watched over him, making sure that no harm came to him. He carried his bow and arrows everywhere, and the witch helped him keep his arrows sharp and straight. They sat together in their tent through the long winters, and when the first butterflies appeared in the spring, they sat out in the sun and chatted. The happiness of motherhood and human company made the witch bearable to look at. The second and third winters passed, and the third spring approached. 'The king will hold his race in two days,' the archer told himself.

He searched the forest around the witch's tent and found a pouch made of sheep-stomach hanging from a high branch on a pine tree. It was beating from within. He remembered what Puchawa Selzong had told him: the bag had the witch's heart!

The archer pretend to sleep soundly that night, but his mind was in turmoil.

'Wake up, son!' the witch said the next morning. She gave him a bucket. 'Fetch some clean water,' she said. 'I will clean this before cooking it!' In a pretty ceramic bowl a heart was beating steadily. The archer knew from the soft light around the heart that it belonged to Puchawa Selzong.

'Yes, mother!' the archer said obediently, took the bucket and ran towards the spring. The pine tree with the sheep-stomach bag was between the tent and the spring. Without breaking his stride, the archer shot an arrow through

the beating heart inside the sheep-stomach bag. He turned right around, shot two more arrows into the heart, and raced towards the tent.

In the middle of the tent, with a sharp knife, the witch was crawling towards Puchawa Selzong's heart. She twisted with pain to turn to look at him with hatred.

'You are not my son!' she growled. The knife in her hand shook. The archer quickly pulled Puchawa Selzong's heart away from her reach. The witch's teeth fell from her mouth; her hair fell on the ground where she crawled. Her skin wrinkled and her breasts ran dry of milk.

'And you are no mother of mine!' the archer said quietly. Just before noon, the witch's heart bled dry in the sheep-stomach bag and stopped beating. The witch died with a horrifying grunt as the breath of life escaped. The archer grabbed Puchawa Selzong's heart and raced away from the mountains towards Ngari.

Far away, in the king's court, the cries of pain that had been ringing out for the past three years suddenly stopped. With the witch's death, Puchawa Selzong's pain had ended, and her magic had been restored. She appeared before the king, who was entertaining his guests. The king trembled when he saw the fierce look on Puchawa Selzong's face. The beautiful maiden once again reached into her bag, and there, instead of ashes, was her shimmering, magical bird-skin.

After tearing the ungrateful king into little pieces, and after ripping out the roofs of the king's treasury and scattering his wealth all over Tibet, the magical bird that was Puchawa Selzong raced away towards the mountains. She knew that a young archer was hurrying towards her, carrying her heart.

## About the book

*Folk Gods: Stories from Kailas, Tise & Kang Rinpoche* emerged out of a three-year project designed and led by the India China Institute (ICI) at The New School in New York City and based on collaboration between The New School and the International Centre for Integrated Mountain Development (ICIMOD). It is the product of a collaborative endeavor with ICIMOD's Kailash Sacred Landscapes Conservation and Development Initiative (KSLCDI), a transboundary conservation and development initiative working to strengthen regional cooperation among China, India and Nepal.

Pasang Yangjee Sherpa, Sagar Lama, Sheetal Aitwal and Tshewang Lama (Chakka Bahadur) collected and retold stories from Humla and Darchula districts in Nepal. Himani Upadhyaya collected stories from the Pithoragarh district of Uttarakhand state in India, with the support and guidance of Shekhar Pathak. Kelsang Chimee collected stories in the Ngari Prefecture of Tibet Autonomous Region in China, with participation from Kunga Yishe.

Additional stories and materials, including photographs, maps, audio recordings and other related information, are publicly available on the India China Institute's website as part of their Sacred Himalaya Initiative, a three-year Luce Foundation funded project exploring religion, nature and culture in the Himalayas. Electronic versions of each language may be downloaded free of cost for personal or educational use from the ICI website at: www.indiachinainstitute.org/sacred-landscapes-book/ and from ICIMOD's website at: lib.icimod.org/record/32580

**Mortal Gods**
Story by Gokul Singh Tatwal in *Himalayan Dipti*, 28 September, 1987. Sourced and translated into English by Himani Upadhyaya. Translated into Tibetan by Tenzin Sangmo.

**The Clever Ancestor**
Collected in Sirdang, Uttarakhand, India by Himani Upadhyaya. Translated into Tibetan by Ten Phun.

**Battle of Brothers**
Narrated by Jagdish Singh Hyanki, Chaudans, Uttarakhand, India. Collected and translated into English by Himani Upadhyaya. Translated into Tibetan by Ten Phun.

**The Fall of the Demoness**
Narrated by Dabbale Pariyar of Thehe, Humla, Nepal. Collected by Prawin Adhikari. Translated into Tibetan by Ten Phun.

**Godsland: Devbhumi**
Based on conversations with *dhamis* Man Bahadur Shahi, Tul Bahadur Shahi and Suvarna Roka of Humla, Nepal. Collected by Prawin Adhikari. Translated into Tibetan by Ten Phun.

**The Hungry Ogre**
Narrated by Phuntsok Dorjee, Nyimatang, Humla, Nepal. Collected and translated into English by Sagar Lama. Translated into Tibetan by Ten Phun.

**Puchawa Selzong**
Narrated by Dawa Sangbu, Chugyang Village, Tibet Autonomous Region, China. Collected and translated into English by Kelsang Chimee. Translated into Tibetan by Ten Phun.

**Three Good Princes**
Narrated by Grandpa Drudi, Hor Xiang, Purang County, Tibet Autonomous Region, China. Collected and translated into English by Kelsang Chimee. Translated into Tibetan by Ten Phun.

**Seven Horses in a Forest**
Bönpo legend. Collected and translated into English by Kelsang Chimee. Translated into Tibetan by Ten Phun.

**Mother's Grief**
Narrated by Trashi Pingtso from Purang County, Tibet Autonomous Region, China. Collected and translated into English by Kelsang Chimee. Translated into Tibetan by Dorjee.

## About ICIMOD

The International Centre for Integrated Mountain Development (ICIMOD) is a regional knowledge development and learning centre serving the eight member countries of the Hindu Kush Himalayas – Afghanistan, Bangladesh, Bhutan, China, India, Myanmar, Nepal, and Pakistan – and based in Kathmandu, Nepal.

Globalisation and climate change have an increasing influence on the stability of fragile mountain ecosystems and the livelihoods of mountain people.

ICIMOD aims to assist mountain people to understand these changes, adapt to them, and make the most of new opportunities, while addressing upstream-downstream issues. We support regional transboundary programmes through partnership with regional partner institutions, facilitate the exchange of experience, and serve as a regional knowledge hub. We strengthen networking among regional and global centres of excellence.

Overall, we are working to develop an economically and environmentally sound mountain ecosystem to improve the living standards of mountain populations and to sustain vital ecosystem services for the billions of people living downstream now, and for the future.

Within its Transboundary Landscapes Programme, Kailash Sacred Landscape Conservation and Development Initiative (KSLCDI) is a flagship transboundary collaborative initiative between China, India, and Nepal that has evolved through a participatory, iterative process among various local and national research and development institutions within these countries. The Kailash Sacred Landscape represents a diverse, multi-cultural, and fragile landscape. The programme aims to achieve long-term conservation of ecosystems, habitats, and biodiversity while encouraging sustainable development, enhancing the resilience of communities in the landscape, and safeguarding and adding value to the existing cultural linkages between local populations across boundaries.

Th e Kailash Sacred Landscape Conservation and Development Initiative (KSLCDI) is supported by partner organizations: Department for International Development (DFID) - UK Aid, and Bundesministerium für Wirtschaft liche Zusammenarbeit und Entwicklung/Deutsche Gesellschaft for Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH.

ICIMOD

UKaid
from the British people

german
cooperation
DEUTSCHE ZUSAMMENARBEIT

## About India China Institute (ICI)

The India China Institute (ICI) is based at The New School, a university in New York City. Established in 2005, ICI supports research, teaching and discussion on India, China and the United States, with special focus on making comparisons and understanding interactions among the three countries as well as their joint impact on the rest of the world. Through fellowships, courses, public events, publications, and collaboration with a wide range of institutions around the world, ICI promotes academic and public understanding of issues of contemporary relevance. This publication is part of ICI's Sacred Landscapes and Sustainable Futures in the Himalaya Initiative, funded by the Henry Luce Foundation, The New School and ICIMOD. For three years (2014-2017), ICI worked with a team of scholars, policy makers and artists from India, China, Nepal and the United States to study relationships between religion and ecology, sacred landscapes, pilgrimage routes and ecological, economic and cultural sustainability and resilience in the Himalayas.

## About The New School

The New School is a university founded in New York City in 1919 by a small group of prominent American intellectuals and educators, amongst them Charles Beard, John Dewey, James Harvey Robinson, and Thorstein Veblen, who were frustrated by the intellectual timidity of traditional colleges and envisioned a new kind of academic institution, an innovative college where faculty and students would be free to honestly and directly address the problems facing society. With over 135 undergraduate and graduate degree programs, The New School offers a more creatively inspired, rigorously relevant education than any other.

THE NEW SCHOOL INDIA CHINA INSTITUTE

THE NEW SCHOOL

LUCE HENRY LUCE FOUNDATION

This collection of folktales explores the ways in which people from the Kailas region have understood their relation to their land and ancestors. For thousands of years, this region has been divided into different nations and religions, but we still share the same air and waters, and still worship the same lakes and mountains.

འདིར་ཕྱོགས་སྒྲིག་ཞུས་པའི་དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་སྒྲུང་རྣམས་གངས་རིན་པོ་ཆེ་ཁུལ་གྱི་མི་ཚོས་སོ་སོའི་མེས་པོ་དང་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་སོགས་ལ་འབྲེལ་བ་ཇི་ལྟར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རྟོགས་ཆེད་ཡིན། ལོ་ངོ་སྟོང་ཕྲག་མང་པོའི་རིང་། ཁུལ་དེ་རྒྱལ་ཁབ་དང་ཆོས་ལུགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོས་མངའ་དབང་དུ་འདུས་ཡོད་ཀྱང་། མི་དམངས་ཚོས་ཆུ་རླུང་གཅིག་པར་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཁོང་ཚོས་རི་དང་མཚོ་སོགས་ལ་དད་གུས་ཡང་གཅིག་འགྱུར་ཞུ་ཡི་ཡོད་པ་རེད།

THE NEW SCHOOL
INDIA CHINA INSTITUTE

ICIMOD

ISBN 978-9937-0-2461-7
9 789937 024617
Rs. 250