

བོད་ཀྱི་གོས་ཐུག་། རྩོམ་

# VESTIMENTA TIBETANA

## III

Edición en Español

MUSEO DRAGO DEDA DE CULTURA DE  
LA VESTIMENTA TIBETANA





# VESTIMENTA TIBETANA III

Español

Museo Drago Deda de Cultura de la Vestimenta Tibetana

# Introducción

A lo largo de la historia de la humanidad, el idioma, la comida y la vestimenta han sido siempre la esencia de diversas culturas. Cuando estos símbolos culturales desaparecen, independientemente de la etnia, pierden su significado. Lamentablemente, debido al rápido avance de la globalización, muchas culturas étnicas tradicionales han experimentado transformaciones drásticas, llegando incluso a estar al borde de la extinción.

En el Tíbet, incluso algunas zonas remotas sienten el impacto de la cultura moderna a todos los niveles. Una gran parte de la población del Tíbet ha cedido a las tentaciones sin precedentes de la moda rápida y banal, comenzando a alejarse de sus estilos de vida tradicionales. En consecuencia, se han dejado de lado las preciadas tradiciones y se ha fragmentado la identidad étnica. La vestimenta que usábamos de niños, así como las costumbres y hábitos de nuestros padres, casi han desaparecido en apenas unas décadas, mientras que los ancianos que aún mantienen estos recuerdos están muriendo. Ante esta realidad desalentadora, me invade una profunda sensación de angustia. Después de pensarlo detenidamente, he llegado a la decisión de reorientar mis esfuerzos hacia la vestimenta y los adornos, con la esperanza de hacer una modesta contribución al rescate y la preservación de la cultura tradicional.

La vestimenta tibetana presenta una rica variedad de elementos y colores vibrantes que reflejan el mundo natural: el azul representa el cielo y los lagos, el rojo representa el fuego, el amarillo representa la tierra y el verde representa las praderas, ya que la naturaleza nos infunde diversas energías. Además, se cree que los siete tesoros que se ven comúnmente en los adornos tibetanos (oro, plata, coral, ágata, ámbar y más) no solo son meros adornos, sino que además tienen el poder de alejar el mal, proteger el cuerpo y promover la longevidad.

El entorno único de la meseta tibetana influye profundamente en la vestimenta de las distintas regiones. En las zonas de pastoreo de gran altitud, la gente viste pesadas túnicas de cuero; en las zonas agropastorales, los materiales son principalmente de lana; en las zonas agrícolas de menor altitud, predominan los tejidos ligeros. La vestimenta aquí no es solo una expresión cultural, sino también un testimonio de la sabiduría para adaptarse al entorno.

Además, nuestros antepasados señalaron que la vestimenta tibetana fue bendecida y transmitida por las manifestaciones de los bodisatvas: Songtsen Gampo, la manifestación de Avalokitesvara; Trisong Detsen, la manifestación de Manjushri; Tri Ralpachen, la manifestación de Vajrapani, así como los grandes Sidas como Padmasambava, Vimalamitra y Shantarakshita. El uso de este tipo de vestimenta étnica auténtica no solo brinda calidez y dignidad, sino que también conlleva las bendiciones divinas de los bodisatvas.

Para proteger y preservar la cultura de la vestimenta tibetana, fundé el Museo Deda de Trajes Tibetanos en enero de 2018, requiriendo importantes recursos humanos, materiales y financieros en esta iniciativa. Se enviaron equipos en diversas ocasiones a Kam, Amdo, U-Tsang y otras regiones para encontrar prendas tibetanas antiguas, entrevistar a los ancianos locales, aprender sobre los procesos de producción, las clasificaciones de los materiales y los orígenes históricos de estas prendas, así como exhibir, conservar y mostrar meticulosamente los artefactos recopilados.

Sin embargo, la recopilación de prendas de vestir es solo el primer paso. Si los materiales pertinentes no se documentan por escrito, será difícil difundir en el futuro este valioso patrimonio cultural. Descubrí que la mayoría de las investigaciones nacionales e internacionales sobre la vestimenta tibetana se limitan a ciertas zonas y carecen de un estudio exhaustivo de la vestimenta en toda la región tibetana. Por eso, en septiembre de 2020, fundé el Centro de Investigación de Vestimenta de la Meseta Tibetana para estudiar sistemáticamente la vestimenta



tibetana y reflejarlo en una serie de libros. Planeamos publicar un libro cada año, presentando la vestimenta de diferentes regiones, comenzando por mi ciudad natal, Drango, y abarcando gradualmente toda la región tibetana. También tenemos el objetivo de traducir este trabajo a varios idiomas para promover la cultura tibetana a nivel mundial.

En el proceso de edición, basándonos en materiales de primera mano, registramos fielmente las técnicas de fabricación, el trasfondo histórico, los proverbios relacionados y los acertijos narrados por los ancianos tibetanos. Nos centramos en mantener una estricta autenticidad, sin adornos ni elementos especulativos destinados a atraer la atención. Además, en el caso de prendas comunes en diferentes zonas, las mostraremos en la sección destacada de una sola zona para evitar duplicidades en las ediciones de esas otras zonas.

Actualmente, nuestra investigación se encuentra en una fase preliminar, con algunas partes en desarrollo de profesionalidad y madurez, lo que inevitablemente invita a la crítica. Sin embargo, en el rápido ritmo de la globalización, si nuestra generación no se esfuerza por preservar el patrimonio cultural, las generaciones futuras tendrán aún menos conocimientos.

La vestimenta tibetana no sólo es parte integral de la cultura tibetana, sino también una encarnación de la diversidad cultural humana. Preservar la cultura tibetana implica salvaguardar la diversidad de la cultura humana. Tenemos la esperanza de que mediante iniciativas de este tipo, más personas puedan acercarse al encanto único de la cultura tibetana. También expresamos nuestro profundo agradecimiento a todos los que nos brindan apoyo y asistencia, ya que este libro solo es posible gracias a nuestro esfuerzo colectivo.

Sodargye

4 de junio de 2024

# Prólogo

El tercer volumen de la serie *Vestimenta y cultura tibetana* tiene como objetivo presentar la distintiva indumentaria tradicional tibetana del extremo sureste de la meseta Qinghai-Tíbet, abarcando principalmente la prefectura autónoma tibetana de Dechen en la provincia de Yunnan y el condado autónomo tibetano de Muli en la prefectura autónoma Yi de Liangshan en la provincia de Sichuan.

Ubicadas en las cuencas de los ríos Drichu y Dzachu, estas zonas sirvieron históricamente como importantes rutas y estaciones de relevo a lo largo de la antigua Ruta del Té y los Caballos. Si bien en un principio estuvieron bajo la jurisdicción del Imperio Tibetano, la región pasó posteriormente a los reinos de Nanzhao y Dali. Debido a siglos de mestizaje con grupos étnicos vecinos, su vestimenta tradicional no solo incorpora elementos de regiones tibetanas como Ü-Tsang y Kam, sino que también ha recibido influencias de otros grupos étnicos. No obstante, las comunidades locales han conservado su propia vestimenta tradicional distintiva.

La investigación que dio origen a este volumen se prolongó durante más de seis meses. El equipo editorial recopiló primero materiales relevantes a través de diversos canales antes de sumergirse en un riguroso trabajo de campo, buscando a los depositarios vivos de la cultura popular como ancianos y artesanos tradicionales de las aldeas, y registrando sus relatos sobre la vestimenta tradicional con la mayor fidelidad posible. Cuando los relatos se contradecían entre comunidades o incluso dentro de ellas, el equipo resolvió las discrepancias mediante análisis repetidos y comparaciones minuciosas.

Basándonos en divisiones geográficas y conexiones culturales, finalmente identificamos más de diez regiones conocidas por su vestimenta tradicional distintiva, centradas en el condado de Dechen, Gyaltang y el condado de Weixi en el caso de la provincia de Yunnan, así como el condado de Muli en la prefectura de Liangshan, en la provincia de Sichuan. Estos se presentan a lo largo de dieciséis capítulos que abarcan vestimentas de diferentes zonas: Kongzera (masculina y femenina), Yakra (femenina), Dechen (masculina y femenina), Tachu (femenina), Repa (vestimenta para actuaciones), Badro (masculina y femenina), Nixi (masculina y femenina), Rongpa Soklga (femenina), Gyaltang (femenina), Termarong (femenina), Nyigzur (femenina), Kadtsag (femenina), Namuyi (femenina), Gyedzel (masculina y femenina), Sholung (femenina) y Droratang (femenina). Cada capítulo proporciona una descripción sistemática de los tipos, colores, artesanía y estilo de estas prendas tradicionales.

Estas prendas no solo son producto de condiciones naturales como las diferencias de altitud y clima, sino también un reflejo de los estilos de vida agrícolas y pastoriles locales, el comercio y el intercambio cultural. En general, este libro clasifica la vestimenta de las regiones mencionadas en cinco sistemas principales: el estilo del río Dzachu de Dechen y Yakra, el estilo del río Drichu de Kongzera, Soklga, Nixi y Tachu, el estilo de los desfiladeros de alta montaña de Termarong, Kadtsag y Nyigzur, el estilo Gyaltang y por último el estilo Muli. Dado que la región se encuentra a altitudes relativamente bajas y disfruta de un clima relativamente templado, los tejidos preferidos tienden a ser ligeros, como el cáñamo, lana gruesa, algodón, seda, terciopelo y satén, y a estar confeccionados en colores vivos y adornados con refinados detalles.

Resulta especialmente llamativo el papel que desempeña la interpretación. La danza Repa, la tradición del canto Chamdok y el Kordro, acompañado por el violín Piwang, requieren cada uno su propia indumentaria, lo que convierte al vestuario escénico no solo en un accesorio de la cultura popular, sino en una de sus expresiones más vívidas.

Además, este volumen se propone documentar en profundidad tanto los aspectos generales como los detalles más específicos de cada tradición indumentaria: los materiales y la confección, la historia de su evolución, las técnicas de tejido y sastrería, y las costumbres, tabúes, canciones populares y leyendas asociadas. Se han conservado, en la medida de lo posible, los nombres y pronunciaciones locales de las prendas y sus componentes, respetando las tradiciones dialectales de cada región y adaptándose al tibetano estándar cuando ha sido pertinente.

Desde la redacción y revisión del texto en tibetano hasta su finalización, el texto se sometió a más de diez rondas de corrección rigurosa. La posterior traducción al chino y al inglés implicó una minuciosa verificación de cada término y frase. El vocabulario local expresado originalmente en chino se ha conservado en su forma fonética. También se invitó a especialistas a revisar el texto para garantizar la precisión terminológica, la claridad de la presentación y la rigurosidad estructural, con el fin de preservar, en la medida de lo posible, el carácter original de estas tradiciones.

Todas las fotografías de este volumen fueron tomadas in situ por un equipo de fotógrafos profesionales. Con el consentimiento y la autorización de los miembros de la comunidad local para la realización de los retratos, los sujetos se vistieron con atuendos tradicionales auténticos antes de ser fotografiados, y las prendas individuales también fueron capturadas por separado, obteniéndose como resultado un registro visual completo y exquisito.

La vestimenta es mucho más que un simple medio para abrigarse y realzar la apariencia. Es un símbolo espiritual que transmite historia, cultura y sensibilidad estética. La vestimenta tradicional recopilada en estas páginas refleja la vida cotidiana y las aspiraciones perdurables de las comunidades a través de la elección de telas, colores, estampados y técnicas de confección.



Por último, deseamos expresar nuestro más sincero agradecimiento a los académicos, expertos, intelectuales locales y custodios de la cultura popular cuyo generoso apoyo hizo posible este trabajo. Si los lectores detectan algún error u omisión, les agradeceríamos sinceramente sus comentarios.

El Comité Editorial

13 de enero de 2026

# ÍNDICE

|                                    |     |
|------------------------------------|-----|
| Introducción                       | 001 |
| Prólogo                            | 004 |
| 01. Vestimenta de Kongzera         | 010 |
| 02. Vestimenta femenina de Yakra   | 38  |
| 03. Vestimenta de Dechen           | 50  |
| 04. Vestimenta femenina de Tachu   | 69  |
| 05. Vestimenta de Badro            | 83  |
| 06. Vestimenta de Nixi             | 101 |
| 07. Vestimenta femenina de SokInga | 115 |

|     |                                  |     |
|-----|----------------------------------|-----|
| 08. | Vestimenta femenina de Gyaltang  | 126 |
| 09. | Vestimenta femenina de Termarong | 157 |
| 10. | Vestimenta femenina de Nyigzur   | 172 |
| 11. | Vestimenta femenina de Kadtsag   | 184 |
| 12. | Vestimenta femenina de Namuyi    | 195 |
| 13. | Vestimenta de Gyedse             | 210 |
| 14. | Vestimenta femenina de Sholung   | 225 |
| 15. | Vestimenta femenina de Droratang | 242 |
| 16. | Traje de baile de Repa           | 254 |
|     | Glosario                         | 271 |

01

ཀོང་ཕེད་ར་བའི་གོས་རྒྱ།

VESTIMENTA  
DE KONGZERA





1 སོག་ཤྱ།  
Sogshwa

2 འབྲུ་རས་སྟོད་འབོག  
Camisa de  
pongee

3 ཐུག་ཐུ་བ།  
Túnica de Truk

4 སྒ་རགས།  
Fajín

5 ཀང་སྒྲུ།  
Pantalones

6 སྒྲ་མའི་ལྷུ།  
Botas de terciopelo  
dorado





- |                       |                       |                                  |                                   |                             |
|-----------------------|-----------------------|----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------|
| 1 ལག་རས།<br>Lagri     | 2 མགོ་དགེས།<br>Godri  | 3 སྒྲ་ལྒ།<br>Sogna               | 4 སྒྲ་བོས།<br>Prenda superior     | 5 ཐུ་ཐུང་།<br>Putung/Gagtod |
| 6 གུ།<br>Ga'u         | 7 ཏུང་ཙ།<br>Dungtsar  | 8 སྒྲ་རགས།<br>Fajín              | 9 སྒྲ་བ།<br>Colar                 | 10 སྒྲ་སྒྲ།<br>Singi        |
| 11 ལག་ཉྒྲ།<br>La'nyog | 12 ལག་རས།<br>Turbante | 13 སྒྲ་ལོ་རས་སྒྲ།<br>Nammo/Renam | 14 གཡས་ཉྒྲ་དུལ་ཐ།<br>Yehe/Ngultra |                             |



Kongzera perteneció históricamente a Batang, en Sichuan, pero ahora es un municipio del condado de Dechen. Situada a los pies del monte Drala Kyungchen, a orillas del río Drichu, Kongzera ha sido durante mucho tiempo una importante parada en la antigua Ruta del Té y los Caballos. La localidad se asienta a unos 2000 metros sobre el nivel del mar, en un valle fluvial cálido y seco, donde la vida tradicionalmente gira en torno a la agricultura y el pastoreo. La vitalidad de la tradición local Kordro ha sido un motor fundamental de la rica cultura textil de la comunidad.





## Vestimenta masculina

La vestimenta masculina local refleja el estilo general de la indumentaria Kam, con características locales distintivas. Un conjunto completo incluye sombrero, camisa interior de pongee, túnica, fajín, pantalones, botas y accesorios como pendientes y una caja Ga'u.

## Cabello

Históricamente, los hombres llevaban el cabello trenzado en tres mechones, incorporando hilos de seda rojos cuando eran jóvenes y negros a medida que envejecían. Sin importar la edad, todo hombre ensartaba un anillo de jade de arquero y un círculo de marfil en la trenza antes de enrollarla sobre la cabeza. Este peinado se conocía como Gyadra o Godri. Este estilo casi ha desaparecido en la actualidad, solo unos pocos ancianos lo lucen aún.



## Sombrero

En el dialecto local, un sombrero se denomina Hra o Hrewa. Tradicionalmente, los novios usaban un Cheg dama en las bodas, mientras que las novias lucían un Sogswa. Actualmente, ambos usan principalmente el Tsering Kyinkeb, conocido como el sombrero de flores doradas. Para largos viajes a caballo o inviernos fríos, los hombres optan por un gorro de piel de zorro, mientras que un simple sombrero de tela es común en el día a día. Sin embargo, el Tsering Kyinkeb sigue siendo la opción preferida para reuniones religiosas y bodas.







Introducido originalmente en la región por comerciantes de Ü-Tsang, el Tsering Kyinkeb fue ganando popularidad gradualmente. Su exterior está confeccionado en brocado, mientras que el forro interior, antaño de lana, ahora es de tela, y la capa intermedia es de fieltro de lana. La corona está adornada con varias bandas de hilo dorado con motivos ondulados y tiene cuatro orejeras de distintos tamaños. El interior, que antiguamente estaba forrado con pieles de nutria y otros animales pequeños, ahora es predominantemente de piel sintética, generalmente negra.

Existen diversas maneras de llevar el sombrero: con las dos orejeras grandes o las dos pequeñas colocadas delante y detrás, con una orejera grande metida por dentro, o ladeada de forma que las orejeras no apunten directamente a ningún punto cardinal. Los ancianos recuerdan que antiguamente, cada sombrero requería un moño hecho de tela o hilos de bolas de coral. Incluso las canciones locales de Kordro hacen referencia a este detalle.

*“Un sombrero adornado con un moño, un cuerpo cubierto con un Truk blanco y pies calzados con botas arcoíris.”*

Esto subraya la importancia del adorno superior del sombrero como elemento decorativo y símbolo fundamental.

## Camisa interior

Llevar una camisa blanca de manga larga de pongee se considera muy auspicioso. Un verso local de Kordro resume esta creencia:

*“Aunque el comercio pueda flaquear un año, florecerá al siguiente; una camisa interior blanca como picos nevados bañados por el sol es señal de un año próspero para el comercio.”*

Esto sugiere que la camisa debe ser tan impecablemente blanca como la luz del sol que se refleja en las cumbres nevadas para atraer la buena fortuna.





## Túnica

Tradicionalmente, los hombres vestían túnicas de sarga y lana tejidas localmente. Hoy en día, para ocasiones formales, la mayoría usa túnicas de Truk color granate con cuellos ribeteados en azul o verde, conocidas como Takog. Los hombres mayores, generalmente de unos sesenta años, visten túnicas de tela negra en su vida diaria.

Cuando se sujeta con un fajín, el dobladillo de la túnica debe quedar por debajo de la rodilla, reflejando el estilo de los antiguos nobles y funcionarios de la corte que no realizaban trabajos manuales. Al recibir a funcionarios o señores, el dobladillo se deja caer hasta los tobillos como señal de respeto. Dado que el clima se mantiene cálido durante todo el año, los residentes locales optan principalmente por telas ligeras de Truk y algodón.







## Fajín

Se suelen usar tres tipos de fajín: de seda, de lana y Gyatra. En la vida cotidiana, los hombres suelen usar fajines de lana de oveja. Para eventos formales, tradicionalmente usan dos fajines superpuestos: la Gyatra se ata por la espalda dejando una cola larga colgando, seguida de un fajín decorativo de seda atado en la parte delantera, un estilo conocido como Dunching (lazo delantero). Sin embargo, hoy en día muchas personas prefieren usar solo un fajín de seda.

## Pantalones

Los hombres visten pantalones anchos y holgados, confeccionados en tela blanca o pongee. Estos pantalones se meten dentro de las cañas de las botas y se sujetan con correas, dejando que la tela sobrante cuelgue suelta por fuera.

## Botas

El calzado masculino consiste en botas de cuero o terciopelo dorado, con notables diferencias en la confección y el color entre los estilos masculino y femenino. Las botas de hombre presentan laterales de cuero negro, mientras que la caña y el cuello están confeccionados en terciopelo negro. Suelen tener una sola punta curvada hacia arriba, mientras que las de mujer tienen dos, lo que da origen a los términos locales “botas de una punta” y “botas de doble punta”. Las suelas están hechas con varias capas de tela o cuero, adornadas con motivos auspiciosos cosidos en cuero blanco en la punta curvada, el talón y los laterales de la bota, incluyendo un motivo que representa el pendiente de la reina de las seis grandes joyas. Las suelas están provistas de clavos que producen un agradable sonido de chasquido al bailar y brindan protección adicional. Una letra local de Kordro lo celebra así:





*“Aunque el comercio pueda flaquear un año, florecerá al siguiente; las botas con cordones que imitan huellas de pájaros son señal de un buen año para el comercio.*

*Aunque el comercio pueda flaquear un año, florecerá al siguiente; las botas, como plumas de pavo real, son señal de un buen año para el comercio.*

*Aunque el comercio pueda flaquear un año, florecerá al siguiente; treinta y seis sementales en la única marca indican un buen año para el comercio”.*

Esto pone de relieve la importancia de las botas dentro del conjunto.

Históricamente, los artesanos locales dominaban exquisitas técnicas de teñido. Utilizando materias primas como lana de oveja, algodón, lino y nambu, creaban colores vibrantes con tintes naturales extraídos de la tierra amarilla y el ruibarbo de la región. Sin embargo, en la actualidad la mayoría de la gente compra telas confeccionadas en el mercado, lo que hace que las prácticas tradicionales de tejido e hilado sean cada vez menos comunes.

Además, debido a la preocupación por el equilibrio ecológico y la protección de la vida, el uso de pieles de animales para la confección de ropa prácticamente ha desaparecido. Los ancianos tradicionalmente evitan usar colores demasiado llamativos. Tras el fallecimiento de un familiar, las costumbres locales dictan que la ropa del difunto se lave y se queme ceremoniosamente como expresión de duelo y profundo respeto.

## Accesorios

Los hombres suelen llevar un pendiente de plata en la oreja izquierda. La sección Dongcha del pendiente está adornada con turquesa y coral, conocida localmente como Chiru Sumdzeg, con una disposición de coral en tres niveles. Esto se celebra en los versos locales de Kordro.

*“Aunque el comercio pueda flaquear un año, florecerá al siguiente; los pendientes con Chiru Sumdze simbolizan un año próspero para el comercio.”*

Los pendientes, independientemente de su precio o material, se consideran adornos preciosos. Antiguamente, la nobleza seguía la tradición de llevar dos pendientes: uno más grande en la oreja derecha y otro más pequeño en la izquierda. Aunque esta costumbre ha caído en desuso, sigue siendo un recuerdo muy apreciado entre los mayores.







En la vida cotidiana, los hombres llevan una pequeña caja Ga'u alrededor del cuello. Al viajar largas distancias, suelen llevar una Ga'u protectora más grande, colgada en diagonal bajo el brazo, que contiene objetos sagrados como estupas y artículos bendecidos. Una pulsera de marfil en la mano izquierda sirve de adorno y se cree que previene los ictus cerebrales. Una daga corta, conocida localmente como Gyagar Drongdri (cuchillo de buey salvaje indio), cuelga del lado derecho de la cintura. Estos accesorios suelen reservarse para ocasiones formales como las fiestas de Año Nuevo y los banquetes, y no se usan durante el Kongzera Kordro.





## Vestimenta femenina

El conjunto completo incluye un turbante para la cabeza, una prenda superior, un chaleco, una falda, un fajín y botas, junto con accesorios como pendientes, collares, cajas Ga'u, pulseras, petos Singsi y el Dungtsar. Estas prendas se llevan puestas durante la famosa danza local Kongzera Kordro (danza en círculo), por lo que el conjunto se conoce coloquialmente como el “traje Kordro”.



## Trenzas Godri

Antiguamente, las mujeres se trenzaban el cabello en trenzas de tres cabos, incorporando hilo de diferentes colores como hilo de unión. La trenza se enrollaba en el sentido de las agujas del reloj alrededor de la cabeza una o dos veces, con la borla colgando detrás de la oreja izquierda. Este peinado, conocido como Godri, se consideraba un adorno auspicioso. Hoy en día, pocas mujeres trenzan su propio cabello. En su lugar, el Godri se confecciona previamente trenzando hilos de lana negra, azul, amarilla y rosa en una trenza de tres cabos y se coloca directamente en la cabeza. En épocas anteriores, debido a la escasez de recursos, la calidad y el color de los hilos de lana eran limitados, pero las mujeres dotaban a estos pocos colores de profundos significados simbólicos: el azul para el cielo, el amarillo para el sol y el rosa para el arcoíris.





## Turbante

Sobre el Godri, las mujeres se envuelven la cabeza con una larga tela roja llamada Lagri. Esta tela mide aproximadamente cuatro metros de largo y entre ocho y diez centímetros de ancho. Tradicionalmente, se colocaba un extremo sobre la coronilla, rodeando la cabeza, una práctica que evolucionó a partir de la costumbre nupcial de que las novias se cubrieran la cabeza con una tela roja. En la actualidad este método apenas se usa, ya que las mujeres suelen coser el Godri y el Lagri juntos y usarlos como una sola pieza. Tradicionalmente, las mujeres solteras usaban turbantes rojos, mientras que las mujeres de mediana edad y mayores optaban por el negro. Esta distinción ha caído en desuso, y los turbantes rojos se han convertido en la opción común para todas las edades.



## Prenda superior

Las mujeres visten camisas de brocado en colores como amarillo, rojo o azul, aunque también existen versiones de algodón. Una tira de pongee blanco con borlas, conocida como Tsilen, se cose en el interior del dobladillo inferior, un vestigio de la antigua costumbre de usar camisas de pongee, ahora simplificada a un elemento decorativo.

## Chaleco

Antiguamente, las mujeres llevaban un chaleco sobre su prenda superior, conocido localmente como Putung o Gagtod. Estos chalecos se confeccionaban principalmente con terciopelo negro dorado, con un escote ribeteado con brocado de seda llamado Kenon y adornado con hilo dorado en los bordes. Hoy en día, los chalecos se elaboran predominantemente con brocado dorado. Los paneles laterales, delanteros y traseros incluyen aberturas, cuyos bordes están ribeteados con diseños de nubes cosidos con una tela llamada Klang. Estas aberturas se consideran símbolos auspiciosos de riqueza y poder. Históricamente, las mujeres de familias comunes solían usar chalecos sin aberturas, un privilegio reservado a las familias nobles o



adineradas. Sin embargo, a medida que mejoraron las condiciones de vida, la inclusión de aberturas se hizo más común. Hoy en día, no existe un estándar social estricto, y los chalecos suelen tener entre dos y cuatro aberturas.







## Falda

La falda se conoce como Nammo o Renam. Históricamente, estas faldas se tejían con lana. Una vez terminada la tela tejida a mano, se remojaba en agua y cada pliegue se planchaba meticulosamente para darle forma. Hoy en día, para ocasiones formales, las mujeres usan faldas largas de múltiples pliegues hechas de tela de algodón blanco, adornadas con vibrantes estampados de rayas rojas, verdes y negras en la parte central. Según la tradición local, el amarillo se considera un color sagrado y noble y, por lo tanto, no se usa para prendas inferiores. Antiguamente, las faldas negras estaban reservadas exclusivamente para las mujeres nobles de alto estatus.

Según la tradición local, la vestimenta de las mujeres de Kongzera está relacionada con la princesa Jangsaza Chodron de Naki. La leyenda cuenta que, de camino al Tíbet, pasó por esta zona y quedó tan cautivada por la danza Kordro que se unió a los lugareños para bailar durante tres días y tres noches. Antes de partir, legó un conjunto completo de sus prendas, lo que dio origen a la creencia de que la vestimenta local recibió influencias de los estilos de Naki.





## Fajín

Tradicionalmente, se llevan dos fajines en la cintura. El fajín Gyatra se ata primero sobre la falda, con un nudo en la espalda y el extremo más largo colgando. A continuación, se ata un fajín de brocado de seda sin apretar sobre el chaleco y el Singisi, con un nudo debajo de la axila izquierda y el extremo colgando ligeramente. Este fajín sujeta los adornos Singisi y Dungtsar.

## Botas

Las botas tradicionales que usan las mujeres locales se caracterizan por su diseño tibetano con doble punta curvada hacia arriba. Estas botas tienen suelas de varias capas de cuero, mientras que el talón y el cuello están confeccionados con materiales como tela de lana o terciopelo dorado.









## Accesorios

Los pendientes se conocen localmente como Sogna. Antiguamente, las mujeres usaban pendientes de plata con incrustaciones de turquesa y coral, pero ahora la mayoría prefiere los de oro. Una cadena de plata llamada Nadog une los dos pendientes, pasando por el espacio entre el turbante y el Godri. Esta cadena alivia el peso de los pendientes y ayuda a evitar heridas en los lóbulos de las orejas.

Alrededor del cuello, las mujeres lucen largos collares adornados con turquesas, corales, bolas Dzi y otras piedras intercaladas, junto con una caja hexagonal Ga'u de plata. En las muñecas, se adornan con brazaletes de plata conocidos como La'nyog y brazaletes de marfil.





Además, las mujeres llevan adornos de plata en el pecho llamados Singisi, que caen sobre los hombros y cuelgan por delante, junto con una pieza de plata conocida como Dungtsar, sujeta a la correa de la caja Ga'u en el cuello y que cae en cascada por la espalda. El Singisi consta de cuatro secciones de cadena de plata con forma de flor, unidas en secuencia con nudos auspiciosos, peces dobles, mariposas y otros motivos, cada una terminando en pequeñas campanillas de plata. El Dungtsar se compone de tres hebras paralelas de cadena de plata con forma de flor, conectadas por un adorno de nudo auspicioso incrustado con turquesa, perlas, coral y otras piedras preciosas. Siete cadenas paralelas de plata, ensartadas con bolas y adornadas con borlas de colores, cuelgan debajo. Mientras las mujeres realizan la danza circular, estos adornos se balancean y chocan, creando sonidos que acompañan la danza y ayudan a sincronizar sus movimientos.



034 Vestimenta tibetana III



Mientras bailan en círculo, las mujeres tradicionalmente sostienen en su mano derecha un pañuelo blanco cuadrado con una presilla en el centro. Esta costumbre se remonta a antiguas tradiciones nupciales, donde las novias llegaban con el rostro cubierto por un velo rojo, la cabeza inclinada y llorando al pensar en separarse de sus padres y vecinos, secándose las lágrimas con un pañuelo. Hoy en día, el pañuelo se ha convertido en un accesorio esencial durante el baile en círculo.



Vestimenta de Kongzera 035





Antiguamente, las mujeres también llevaban un fajín de plata grabado en la cintura, con forro de cuero rojo o fieltro de lana y adornado con placas de plata. Sin embargo, hoy en día este fajín rara vez se usa durante la danza circular, excepto en las bodas. Del lado derecho de la cintura cuelga un adorno de plata llamado Yehe o Ngultra, con forro de brocado y engastado con turquesa y coral, que tiene un estuche para agujas en el extremo.

Numerosas canciones folclóricas locales alaban el atuendo femenino, como por ejemplo:

*“Una chica de Lasa se viste con tal elegancia... que sus adornos para el cabello nunca se separan de sus preciosas trenzas;*

*Una chica de Lasa se viste con tal elegancia ... que sus adornos para las orejas nunca se separan de los corales rojos;*

*Una chica de Lasa se viste con tal elegancia ... que sus adornos para el cuello nunca se separan de la fina caja Ga'u;*

*Una chica de Lasa se viste con tal elegancia ... que su cuerpo nunca se separa de su exquisita camisa;*

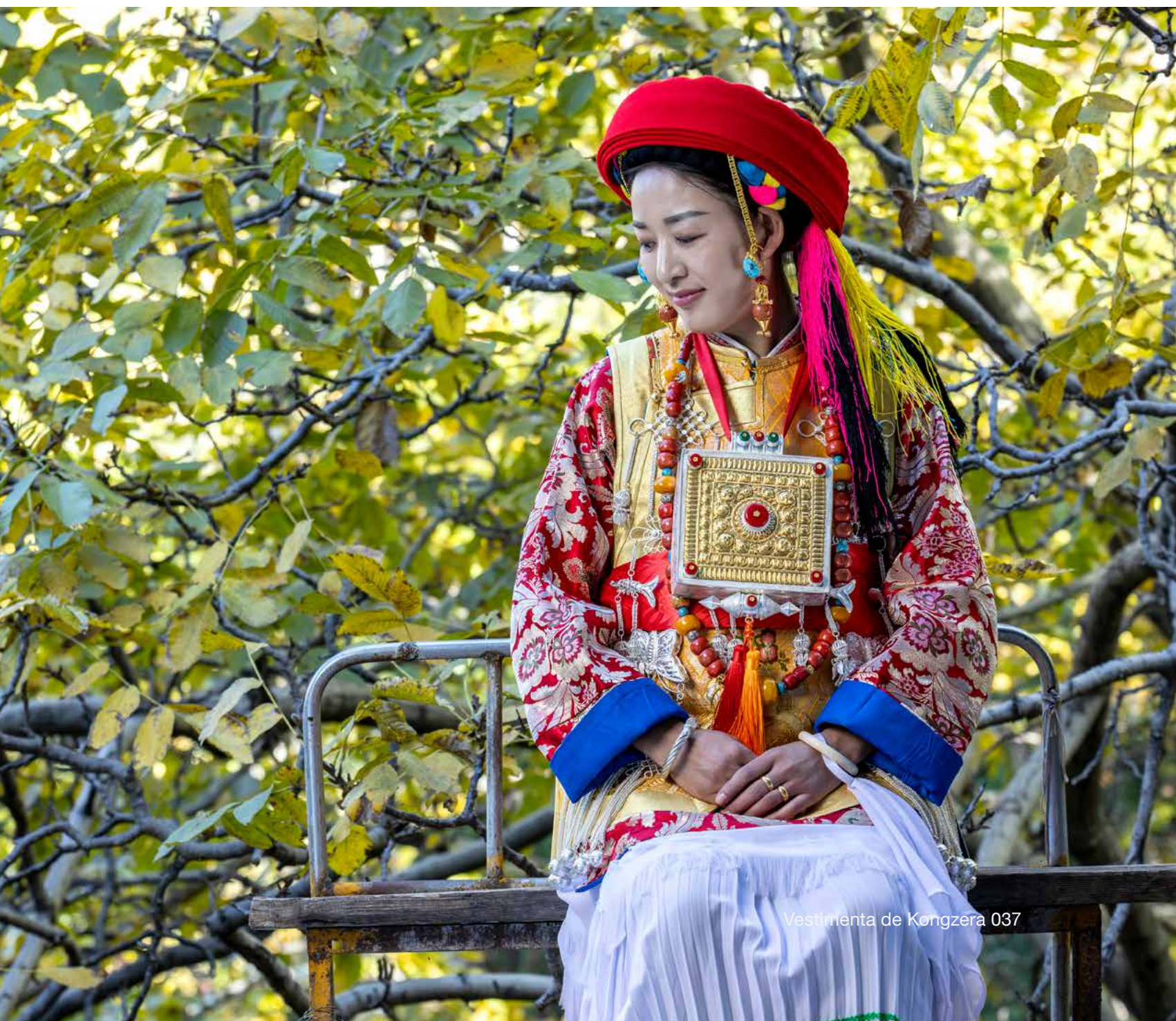
*Una chica de Lasa se viste con tal elegancia ... que su cintura nunca se separa del Chabma plateado;*

*Una chica de Lasa se viste con tal elegancia ... que su cintura nunca se separa del fajín Gyatra;*

*Una chica de Lasa se viste con tal elegancia ... que sus pies nunca se separan de las correas de sus botas tibetanas.*



Las tradiciones de vestimenta del valle de Drichu presentan muchas similitudes en toda la región. Por ejemplo, la indumentaria y los peinados de hombres y mujeres en Tokteng y Zagro, ubicados en Dechen, provincia de Yunnan, se asemejan mucho a los de Kongzera. La vestimenta femenina de Kongzera captura la esencia de la cultura de la Ruta del Té y los Caballos. A pesar de siglos de convivencia multiétnica, la comunidad local se ha mantenido profundamente comprometida con sus propias tradiciones. Gracias al esfuerzo constante por preservar la vestimenta, la música y la danza, este estilo de vestir se ha convertido en una de las expresiones culturales más reconocibles de Yunnan.



02

གཡག་རྩེ་བུད་མེད་ཀྱི་གོས་རྒྱུ།

VESTIMENTA  
FEMENINA DE  
YAKRA









1 མགོ་རྒྱུན།  
Adornos para  
el Cabello

2 རྩ་ལོང་།  
Pendientes

3 རྩུ་ལེན།  
Camisa

4 སྤུ་བ།  
Túnica

5 གཱུ།  
Ga'u

6 ཆབ་མ་ལུགས་ཐབ།  
Chabma  
Chaktag

7 སྒྱ་རགས།  
Fajín

8 བང་བཀའ།  
Pangkab



Yakra es un municipio del condado de Dechen. Limita al noroeste con el condado de Markam, en el Tíbet, al este con el condado de Batang, en Sichuan, al otro lado del río Jinsha, y al sur con Kongzera y otras zonas. En tibetano, se le conoce como Yangla y Yakra, siendo este último el término más común. Su nombre proviene del parecido del paisaje local con los cuernos de un yak, ya que “Yakra” significa “cuernos de yak”. Situado a una altitud media de aproximadamente 3200 metros, Yakra goza de un clima templado de meseta. Si bien la vestimenta local es generalmente similar a la del condado de Dechen y Markam, en la región tibetana, algunos nombres de prendas y accesorios difieren, como se detalla a continuación.

El atuendo femenino completo consta de una camisa, una túnica, un fajín, un delantal y zapatos, complementados con accesorios como adornos para la cabeza, los pendientes de triple coral conocidos como Chiru Sumdzeg, la pieza pectoral Purdri, una caja Ga’u, el fajín Chabma Chaktag y el adorno de cadera Lozung.





## Adornos para el cabello

Históricamente, las mujeres se trenzaban el cabello con hebras de seda de colores como rosa, negro y verde, creando una trenza de tres cabos llamada Goryi o Zortue. Esta trenza se enrollaba alrededor de la cabeza, con la borla colgando detrás de la oreja derecha. Según las costumbres locales, durante las bodas, las novias muestran respeto metiendo la trenza dentro del fajín en lugar de enrollarla.

Hoy en día, muchas mujeres trenzan lana de colores, como rosa, azul y verde, formando trenzas de tres cabos para crear tocados conocidos localmente como Drasug. Estos son fáciles de llevar, con las borlas colgando detrás de la oreja izquierda. Como alternativa, algunas optan por el estilo Panyog, donde la trenza, ya entrelazada con hilos de seda, se divide en dos mechones. Luego, se enrolla alambre de plata alrededor del centro de las trenzas, formando un tubo plateado, con las borlas del extremo colgando detrás de la oreja derecha.





## Camisa interior

Se suelen usar dos camisas de pongee superpuestas: una blanca por fuera y una rosa por debajo, ambas con cuello ribeteado de brocado y mangas largas. Las mangas de la camisa interior son ligeramente más largas que las de la exterior. Hoy en día, lo habitual es llevar una sola camisa blanca de tela o pongee, con una tira de tela rosa de aproximadamente un palmo de ancho sujeta a los puños.





## Túnica

Históricamente, las mujeres vestían túnicas hechas en Nambu negro, pero hoy en día, las túnicas se confeccionan en Truk, sarga o tela, y están disponibles en cortes tanto para hombres como para mujeres. La mayoría de las túnicas de hombre tienen un corte holgado con mangas largas y anchas, y el cuello y los puños están adornados con bordes de brocado amarillo. Las túnicas de mujer son ligeramente más pequeñas y también incluyen ribetes de brocado en el cuello, disponibles en dos estilos: con mangas y sin mangas. El cuello está diseñado para un cierre de izquierda a derecha, típico de las prendas superiores tibetanas estándar, con una secuencia de un botón en el cuello, un botón central y un botón bajo el brazo. Además, las aberturas a ambos lados del dobladillo inferior están ribeteadas con brocado. En el pasado, las aberturas en las prendas indicaban una familia adinerada, por lo que solo unas pocas túnicas de mujer las incluían. Tradicionalmente, las mujeres no usaban túnicas de hombre demasiado grandes, pero hoy en día las túnicas femeninas suelen tener aberturas, y en ocasiones formales, las mujeres también pueden usar túnicas masculinas de gran tamaño. Las túnicas femeninas se suelen usar para bodas o reuniones informales. La forma de vestir una túnica femenina es similar a la de una masculina: la manga derecha se quita y se mete en el cinturón o en el Chabma Chaktag por detrás, o se puede dejar suelta para que cuelgue de forma natural.



## Fajín

Alrededor de la cintura, las mujeres llevan un fajín de lana llamado Gyatra. Antiguamente, este fajín era lo suficientemente largo como para dar tres vueltas a la cintura, pero en la actualidad es una pieza de lana tejida, simplificada y utilizada únicamente como adorno, que da solo una vuelta y se asemeja a un cinturón grabado que se abrocha directamente en la cintura. A ambos lados de las caderas se colocan adornos plateados en forma de flor, llamados Tsarlo. Estos adornos están embellecidos con bolas, turquesas y corales, y debajo de ellos cuelgan aproximadamente cuatro manojos de borlas de hilo de seda en colores como verde y rosa.

## Delantal

Atado a la cintura hay un delantal a rayas llamado Pangkab, confeccionado con tela estampada de rayas arcoíris dispuestas horizontalmente. El borde superior y las dos esquinas del delantal están rematados con brocado amarillo.



## Zapatos

Tradicionalmente, las mujeres usaban botas de cuero conocidas como Gyalam Hoezi, pero hoy en día, la mayoría opta por zapatos de cuero o de tela comprados en el mercado.

## Accesorios

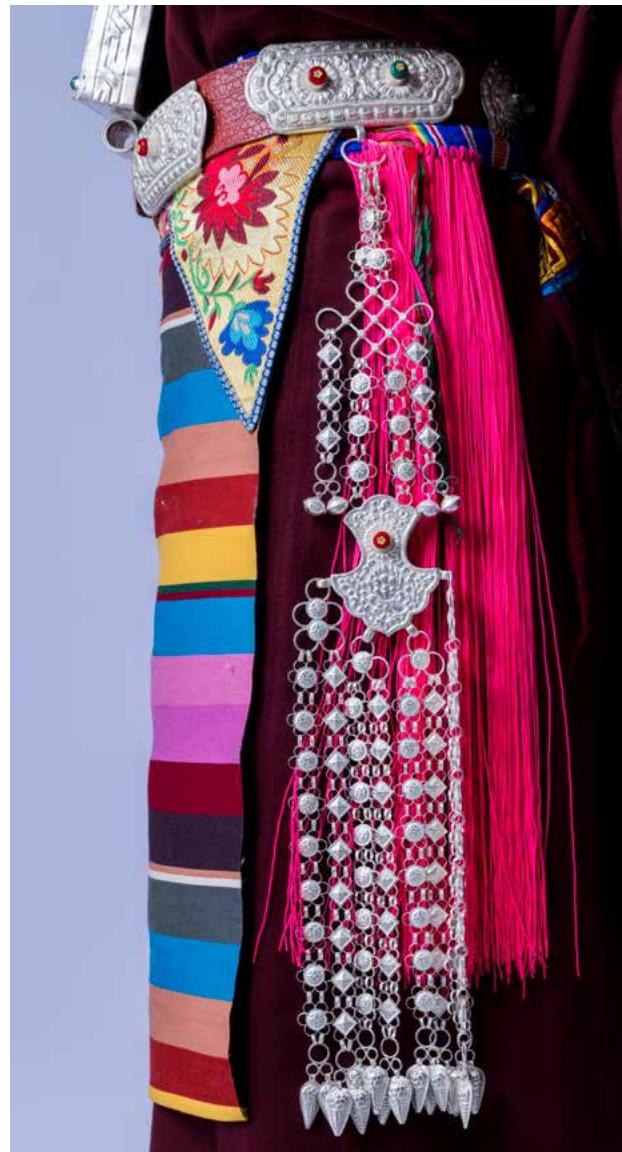
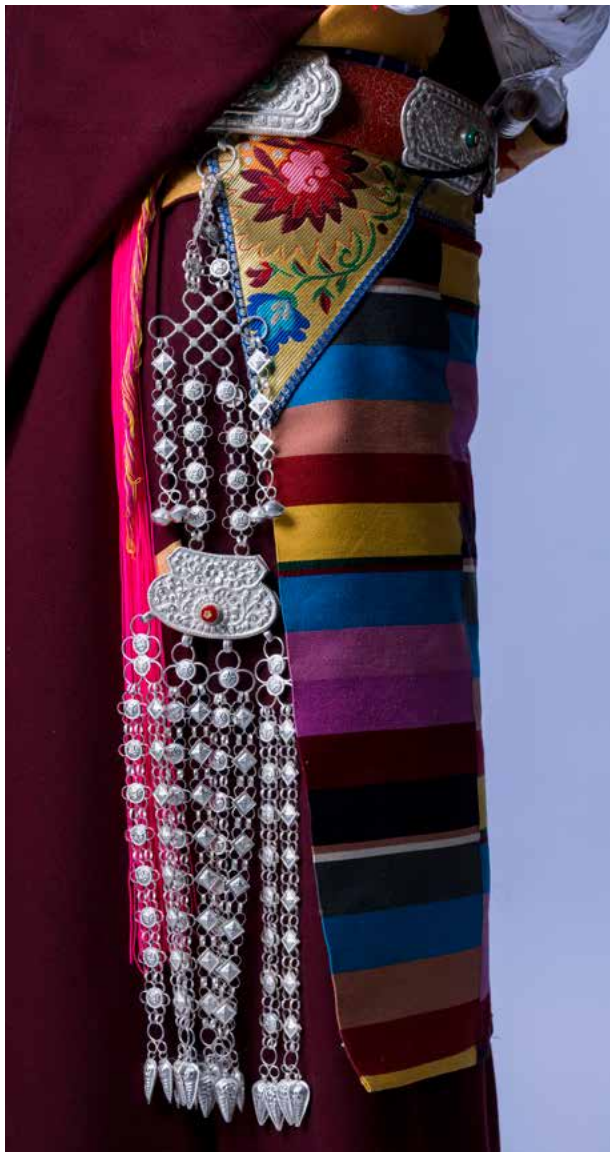
Las mujeres suelen llevar pendientes de coral de tres capas llamados Chiru Sumdzeg. Estos pendientes presentan capas de turquesa, coral, ágata y otros materiales. Sin embargo, hoy en día es más común llevar pendientes Lungtang, conocidos como Nadog. Estos pendientes están elaborados en oro o plata, algunos con forma de Makara (una criatura marina mitológica de la iconografía budista tibetana).

Alrededor del cuello, se usan collares de turquesa, coral y bolas de plata caladas. Además, el Purdri es un accesorio plano para el pecho adornado con numerosos remaches pequeños de plata sobre un fondo rojo. Remaches de plata en forma de flor con incrustaciones de turquesa y coral embellecen ambos extremos. Originalmente concebido como un adorno para el cuello, el Purdri ha evolucionado con el tiempo, haciéndose más grande y largo, y ahora cuelga hasta el abdomen. Si bien



antiguamente se confeccionaba con Truk Gyalo o Truk rojo, actualmente se utiliza tela comprada en el mercado. Algunas personas también usan cajas Ga'u de plata, ya sea con forma de doce signos del zodiaco o hexagonal, cada una con incrustaciones de turquesa y coral.

Sobre el fajín se lleva un adorno tallado llamado Chabma Chaktag, con forro de tela roja y remaches dorados o plateados cosidos. En la parte delantera cuelga un adorno plateado llamado Lozung. Una bolsa cuelga de la cadera derecha, mientras que un estuche para agujas cuelga de la izquierda. Antiguamente los adornos eran más pequeños y refinados, pero al aumentar la competencia y comparación entre individuos y familias, la tendencia se desplazó hacia adornos más grandes, llegando a las piezas relativamente grandes que se ven hoy en día.



Además, muchos versos de las canciones de danzas circulares locales celebran y admiran la vestimenta femenina, como por ejemplo:

*“ Los pendientes de coral de triple capa  
son los adornos de mis orejas.  
Uno entre cien, tan hermoso,  
dos de doscientos, aún más espléndido.  
El amuleto Ga'u con los doce signos del zodiaco  
es el adorno sobre mi cuello.  
Una entre cien, tan hermoso,  
dos de doscientos, aún más espléndido.  
La camisa de pongee finamente cosida  
es la que llevo puesta.  
Una entre cien, tan hermosa,  
dos de doscientas, aún más espléndida.  
El fajín Gyatra sobre la túnica  
es el adorno de mi cintura.  
Uno entre cien, tan hermoso,  
dos de doscientos, aún más espléndido.  
El delantal, como un arcoíris en el cielo,  
es el adorno de la falda que llevo.  
Uno entre cien, tan hermoso,  
dos de cada doscientos, aún más espléndido.  
Las correas de las botas, con motivos de huellas de pájaros y gorriones,  
son los adornos de mis botas.  
Una entre cien, tan hermosas,  
dos de cada doscientas... ¡aún más espléndidas!*

Existen muchas más letras de canciones de este tipo que alaban la vestimenta femenina.

Yakra cuenta con una rica tradición de canto y danza, siendo la danza circular con violín Piwang una de sus expresiones más preciadas. En bodas y otras celebraciones, la gente se viste con sus mejores trajes tradicionales, asegurando así que estas costumbres sigan siendo una parte viva de la vida comunitaria.





03

བདེ་ཆེན་ཇོང་གི་གོས་རྒྱ།

VESTIMENTA  
DE DECHEN





① རོད་རྒྱུང་། རོད་བཅེངས།  
Todkyong/  
Tod'ching

② རྣ་ཐེར།  
Nadaer

③ རྣ་ལོང་། རྣ་དགེ།  
Natri

④ ཐེང་བ།  
Changwa

⑤ འབུར་དགེ།  
Purdri

⑥ རྩོད་གོས། ཐུ་ཕུང་།  
Todgo/Putung

⑦ འབའ་ལྲ།  
Túnica

⑧ ཆབ་མ།  
Chabma

⑨ རྩ་ཁ་སྐ་རགས།  
Fajín Gyatra

⑩ བའ་བཀའ།  
Delantal





① སོག་ལྷ།  
Sogshwa

② སྒྲོད་གོས།  
Camisa

③ བར་བ་གྲི།  
Cuchillo largo

④ དངུལ་ཁྱུག།  
Bolso

⑤ སྒྲ་ས།  
Túnica de Truk

⑥ འབྲུ་རས་དོར་ས།  
Pantalones de  
pongee

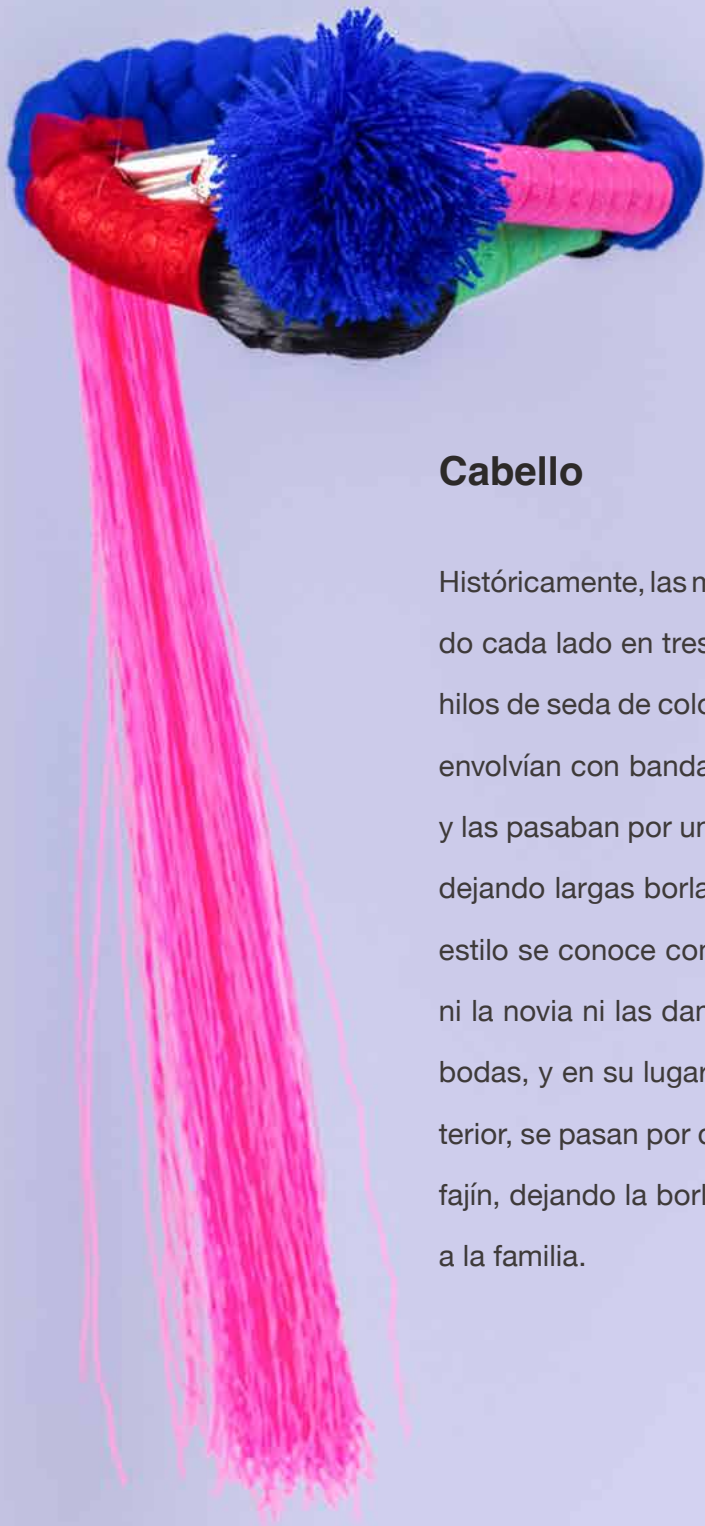
⑦ ཀོ་ལྷ་ས།  
Botas de cuero

El condado de Dechen se ubica al pie del macizo sagrado de Kawakarpo y se extiende a lo largo de las riberas del río Dzachu. La región tiene una altitud media de aproximadamente 4200 metros y se caracteriza por un clima templado de montaña. La población local se dedica principalmente a la agricultura, y la vestimenta tradicional descrita en este capítulo representa el atuendo formal de las comunidades de las zonas de Nagtrog y Bade, en el condado de Dechen.

## Vestimenta femenina

Un atuendo completo para mujeres incluye una camisa (Putung), una túnica (Ba'lwa), un fajín (Gewa), un delantal (Pangkab) y botas, junto con accesorios como un tocado, pendientes (Nakog), la pieza para el cuello Purdri, el adorno de cadera Tsarlo, el cinturón Chabma y el Singsi.





## Cabello

Históricamente, las mujeres se hacía la raya en medio, trenzando cada lado en tres mechones y adornando las puntas con hilos de seda de colores. Luego, recogían las dos trenzas, las envolvían con bandas adicionales de hilo de seda multicolor y las pasaban por un par de tubos de plata llamados Sotung, dejando largas borlas de seda colgando de las puntas. Este estilo se conoce como Todkyong o Tod'ching. Sin embargo, ni la novia ni las damas de honor llevan el cabello así en las bodas, y en su lugar las trenzas se recogen de la parte posterior, se pasan por debajo del brazo izquierdo y se sujetan al fajín, dejando la borla hacia adelante como señal de respeto a la familia.

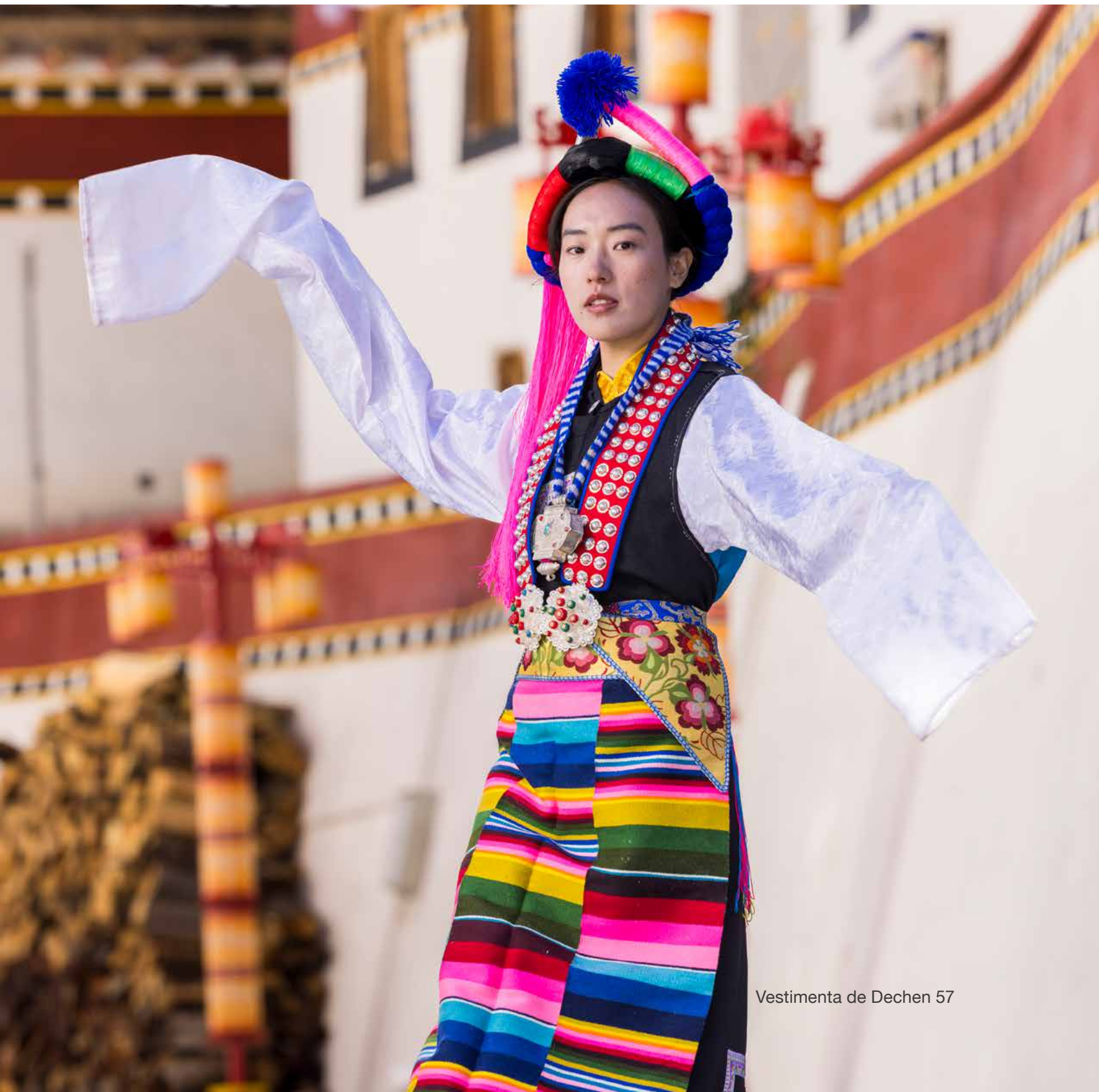


El Nadaer, un adorno de plata con forma de disco redondo e incrustaciones de coral fino, se prendía tradicionalmente al lado derecho del Todkyong, aunque ahora es raro verlo. Hoy en día, la mayoría de las mujeres optan por una versión prefabricada hecha de cabello sintético, envuelto en hilos de seda rosa, azul y verde, con forma de una banda redondeada y pulcra que se ajusta cómodamente a la cabeza, adornada con borlas de lana y Sotung en la parte delantera. Las mujeres mayores a menudo trenzan o enrollan hilos de lana de colores, incluido el rosa, en cordones o trenzas de tres cabos, enrollándolos sobre sus cabezas, un estilo conocido como Godre.



## Camisa

El Todgo, también conocido como Putung, está hecho de tela blanca o pongee con ribete de brocado en el escote. Sus mangas largas suelen llevarse remangadas y solo se bajan durante la interpretación de la danza circular Dechen.





## Túnica

Sobre la camisa interior se usa el Ba'lwa, una túnica con mangas y aberturas laterales, o el Hrantsi, también conocido como Kanjor, una túnica sin mangas. El Ba'lwa se presenta en diferentes variedades: Ba'lwa de Truk, Ba'lwa de tela, Ba'lwa Gyalo de Truk y Ba'lwa de plumón de yak. Hoy en día, el Ba'lwa hecho de lana de oveja local y plumón de yak es extremadamente raro, y la mayoría de las mujeres usan Ba'lwa confeccionado con tela negra o blanca o fieltro comprado en los mercados. Entre los Kanjor de fieltro sin mangas, el azul es el color más popular. La *Historia de la aldea de Nagtrog*, en el condado de Dechen (en adelante *Historia de la aldea* ) describe el conjunto nupcial de la siguiente manera: la novia y las damas de honor usan túnicas de Truk azul turquesa y camisas interiores de terciopelo dorado albaricoque bordadas con hilos de oro precioso; su cabello está trenzado con hilo de seda y adornado con finos adornos de corona de oro y plata; llevan pendientes enjorados en ambas orejas, un amuleto Ga'u de tres cámaras hecho de piedras preciosas en el pecho,





collares de turquesa y coral alrededor del cuello, y un fajín de seda de cinco colores alrededor de la cintura; bolsas de oro y plata y estuches para agujas cuelgan a sus costados, con campanillas sujetas a la parte inferior de las bolsas que suenan con cada paso, y un delantal con piezas triangulares de seda en las esquinas. Esta descripción resalta la riqueza y el esplendor de la vestimenta de las mujeres Dechen. Fotografías de alrededor de 1980 también muestran el Ba'lwa y Kanjor usados de esta manera.

## Fajín

El fajín Gyatra, tradicionalmente hecho de lana de oveja o fibra de cabra y enrollado tres veces alrededor de la cintura, es ahora un fajína plana tejido que se enrolla una sola vez y se sujeta con un broche decorativo para que sea más fácil de llevar.





## Delantal

Antiguamente, era común usar delantales a rayas multicolores, confeccionados con tela de lana gruesa y con flecos en el dobladillo. Hoy en día, los delantales se elaboran con seda o tela estampada, con ribetes de brocado en el borde superior, piezas triangulares de brocado llamadas Najog en las esquinas inferiores y numerosas rayas horizontales de arcoíris en la parte delantera.

## Zapatos

Las sandalias de esparto, las botas de cuero, las botas Gyalo de Truk y las botas de tela fueron muy comunes en el pasado. Hoy en día, incluso en ocasiones formales, las botas tibetanas tradicionales rara vez se usan, ya que han sido reemplazadas por botas de cuero de estilo tibetano compradas en el mercado.



## Accesorios

Localmente, los pendientes se conocen como Natri. Un tipo es el Chusrin Karmo: piezas de plata engastadas con turquesa y coral, sujetas por una cadena de plata en forma de flor que se pasa por el cabello.

El Purdri es un adorno plano para el cuello: su reverso de tela roja está adornado con tres hileras densas de pequeñas bolas de plata, con tres adornos florales de plata más grandes en cada extremo, cada uno engastado con turquesa y coral. Tradicionalmente se usaba como gargantilla, con dos hileras de tachuelas abrochadas en el escote. Hoy en día, es más grande y largo,



y cuelga libremente como un collar largo. El reverso, que antes se hacía en Gyalo de Truk o Truk rojo, ahora suele cortarse de tela comprada en el mercado. También se usa en el cuello el Changwa, un collar de turquesa, coral, ámbar y bolas Dzi, junto con cajas cuadradas de plata para amuletos Ga'u.

A la altura de la cintura se encuentra el Chabma, un adorno tallado para el cinturón, con forro de fieltro o tela roja, ribeteado con tela azul y adornado con aproximadamente cinco placas de plata, cada una con incrustaciones de turquesa y coral. A cada lado de la cadera cuelgan los Tsarlo, que son colgantes de plata con forma de nudo auspicioso, adornados con bolas, turquesa y coral, y rematados con cuatro borlas de seda en verde, rosa y otros colores. Se dice que este adorno es de reciente introducción, sin precedentes en la tradición antigua.



A ambos lados de la cintura cuelgan los Singsi Dira, adornos de plata engalanados con turquesa, coral y bolas. Cada uno termina en ocho borlas de plata con forma de flor que sirven para guardar bolsitas, estuches para agujas y otros objetos.

En la muñeca se llevan los brazaletes Ya'nyung o La'nyog, que son de plata o marfil. Si bien tradicionalmente se usaban anillos de plata en los dedos, hoy en día los anillos de oro son más comunes.

Esta vestimenta suele reservarse para ocasiones formales, como las celebraciones de Año Nuevo y otras festividades populares, y la usan tanto jóvenes como mayores. En la vida cotidiana, rara vez se ve, salvo entre algunas mujeres mayores.







## Vestimenta masculina

La vestimenta masculina en Dechen generalmente sigue las convenciones de la indumentaria tibetana tradicional. El cabello se trenza en tres mechones, con hilos de seda entretejidos, y se recoge en la parte superior de la cabeza, a menudo adornado con anillos de arquero de marfil y anillos de jade.



Tradicionalmente, se usaban diversos sombreros, incluyendo gorros de piel de zorro, el sombrero de fieltro Sogswa, sombreros extranjeros y el Tsering Kyinkeb, cada uno apropiado para diferentes estaciones. Una canción local lo resume: *“En verano, el sombrero extranjero; en invierno, el Tsering Kyinkeb”*. Los hombres de rango usaban el Chegdama, decorado con un moño hueco hecho de diminutos hilos de coral o finas tiras de tela. En las bodas actuales, el novio usa el Sogswa, mientras que los demás hombres usan el Tsering Kyinkeb. La *Historia de la Aldea* incluye canciones nupciales que alaban el sombrero: *“Un sombrero amarillo, un sombrero de oro, brillante como un sol resplandeciente sobre mil doseles. Sus borlas como los rayos del sol, su ala enhebrada con seda dorada, una joya de coral coronando su pico... un sombrero que mantiene la cabeza del hombre en alto”*. Esto sugiere que los sombreros con moños de coral rojo también fueron costumbre en esta región.



Los hombres visten una camisa blanca de manga larga de pongee llamada Todgo debajo de una túnica de lana o algodón tejido, con ribetes azules en el cuello y los puños. La *Historia del pueblo* señala que antiguamente las túnicas se adornaban con piel de tigre o leopardo, lo que indica que las prendas forradas de piel eran comunes, aunque esta práctica no se ha observado desde hace generaciones.

A la altura de la cintura, se ata un fajín Gyatra con un nudo en la parte posterior, dejando una borla larga colgando. Debajo, se usan pantalones anchos de pongee blanco y botas de terciopelo, tela o cuero. Según la *Historia del pueblo*, se lleva un Sogswa en la cabeza, una túnica exterior de fieltro en el cuerpo y botas Saglam en los pies, lo que indica que alguna vez existió la tradición de usar botas Saglam.

El pendiente que se muestra aquí se llama A'long, una pieza de plata en forma de anillo con incrustaciones de turquesa y coral. Sin embargo, hoy en día rara vez se usa. Alrededor del cuello cuelga un pequeño Ga'u conocido como Changab, y para ocasiones especiales, se lleva un Ga'u más grande adornado con los ocho símbolos auspiciosos bajo el brazo izquierdo.





A la altura de la cintura, una bolsa forrada en cuero está adornada con tachuelas florales de plata o placas de plata con incrustaciones de coral, y pequeños amuletos con forma de Ga'u cuelgan de cadenas de plata. En el fajín se guarda el Dabdri, un cuchillo largo, mientras que el Dogdri, un cuchillo corto decorado con borlas de seda multicolores, se coloca en la cadera. Durante el baile, el cuchillo se sustituye por el Chakma, un pequeño encendedor de metal.

Los lugareños cuentan que las turquesas, corales, pendientes y collares de la comunidad se dispersaron de dos maneras: algunos se ofrecieron como reliquias de consagración durante la construcción de la estupa de Sar Mindrol, al pie de Kawakarpo, mientras que otros se vendieron a anticuarios. Los adornos antiguos auténticos son ahora extremadamente raros. Lo mismo ocurre con la artesanía de calidad, como la que lleva tintes vegetales, que se ha ido perdiendo gradualmente a medida que las antiguas tradiciones dieron paso a las comodidades modernas.

La vestimenta y las costumbres de Dechen son un testimonio del cambio, de una cultura que ha absorbido nuevas influencias sin dejar de ser, en su esencia, distintivamente propia.





04

མཐའ་ཚུའི་བུད་མེད་ཀྱི་གོས་རྒྱ།

VESTIMENTA  
FEMENINA DE  
TACHU









① ལག་ཁྱིས།  
Lakchyí

② མགོ་དགྱིས།  
Godri

③ རྩེ་ཁོག།  
Nakog

④ གོང་སྟོང།  
Gondtod

⑤ བུ་སྟུང་། ལག་ཁྱིས།  
Putung/Godtod

⑥ གཤུ། རྩེ་ཁོག།  
Ga'u

⑦ སྟུ་ཙ།  
Gewa

⑧ བ་ཁོག།  
Pakog

⑨ སིང་སི།  
Singsi

⑩ རྩེ་མ།  
Hrema

Tachu es un municipio del condado de Weixi, situado en la prefectura autónoma tibetana de Dechen, a unos 2000 metros sobre el nivel del mar, caracterizado por un clima monzónico templado. Históricamente, la zona ha estado gobernada por el Imperio tibetano, los reinos de Sadang, Nanzhao y Dali en distintos momentos, y ha sido durante mucho tiempo hogar de una comunidad diversa de tibetanos, naki, yi, lisu y otros grupos étnicos. Sus culturas y costumbres se han fusionado e integrado a lo largo de generaciones. Si bien la tradición indumentaria local comparte técnicas de confección, materiales y estructuras esenciales con las comunidades vecinas a lo largo del Driчу, como Kongzera, Soklnga y Tokteng, posee su propio vocabulario distintivo para prendas y ornamentos.

Un conjunto completo incluye un turbante para la cabeza, una prenda superior, chaleco, fajín, falda, zapatos, pendientes, caja para amuletos Ga'u, collar, Pakog y Singisi.



## Trenzas Godri

Antiguamente, las mujeres locales se trenzaban el cabello en finas trenzas de tres cabos, tejiendo hilos de lana de colores en las puntas y enrollando toda la trenza alrededor de la cabeza, dejando que la punta del mechón quedara colgando detrás de la oreja izquierda, formando un estilo conocido como Godri. Hoy en día, salvo algunas ancianas, este peinado es poco común. En su lugar, muchas usan ahora una versión prefabricada hecha con trenzas de hilos de lana negra, azul y rosa.

## Turbante

Sobre el Godri, se enrolla alrededor de la cabeza un turbante rojo llamado Lakchyi, de unos cuatro metros de largo y entre ocho y diez centímetros de ancho. Tradicionalmente, el proceso comienza cubriendo la coronilla con un extremo, seguido del resto envolviéndolo en círculos en el sentido de las agujas del reloj, un método también utilizado por los Kongzera, Termarong y SokInga. Las mujeres mayores usaban turbantes negros, las de mediana edad turbantes de color carmesí intenso y las jóvenes solteras turbantes de color rojo brillante. Hoy en día, las mujeres suelen coser el Lakchyi y el Godri juntos para formar una sola prenda lista para usar, y la mayoría opta por el rojo.







## Prenda superior

La prenda superior ajustada se llama Gongtod y está hecha de brocado de seda rojo o azul, o de algodón. Una tira de pongee blanco con flecos, conocida como Tsilen, se cose a lo largo del dobladillo interior a modo de decoración, sirviendo como un vestigio simplificado de la camiseta interior de pongee blanco que antiguamente se usaba debajo.

## Chaleco

Sobre la prenda superior, las mujeres visten un chaleco llamado Putung o Gagtod. Este chaleco está adornado con brocado y ribetes de hilo de oro en el cuello y el dobladillo, y presenta aberturas en la parte delantera, trasera y a ambos lados.

Históricamente, el chaleco se confeccionaba con lino grueso y otras telas naturales, mientras que ahora se hace con brocados o telas de vestir amarillas, rojas y verdes. Las mujeres mayores suelen preferir estilos elegantes y sencillos, mientras que las jóvenes optan por colores más vivos. También es costumbre colocar un kata blanco sobre el hombro izquierdo y atarlo en diagonal bajo el brazo derecho como gesto de buena fortuna.







## Fajín

El fajín, conocido como Gewa en el dialecto local, se ata sin apretar sobre el chaleco y la prenda superior, con ambos extremos con borlas colgando de forma natural desde la parte trasera de la cintura hasta detrás de las rodillas. Si bien antiguamente se tejía con lana gruesa, hoy en día la mayoría de los fajines se confeccionan con telas coloridas compradas.



## Falda

De la cintura para abajo, las mujeres visten una falda negra muy plisada llamada Hrema, con una cinturilla de tela que permite atarla directamente alrededor de la cintura. Antiguamente, la Hrema se tejía a mano con lana de oveja o plumón de yak antes de coserse, pero ahora suele confeccionarse con telas compradas en el mercado.



## Zapatos

Antiguamente, las mujeres usaban botas tibetanas de varias capas o zapatos de tela, mientras que en la actualidad lo normal son zapatos de cuero comunes del mercado.

## Accesorios

El pendiente, conocido como Nakog en el idioma local, donde “Na” significa oreja y “Kog” significa anillo, suele ser un pendiente de plata engastado con turquesa y coral. Tradicionalmente se ensartaba en los orificios perforados de las orejas, pero ahora se suele sujetar con una cadena de plata que se pasa por el turbante, permitiendo que cuelgue libremente sobre las mejillas.







Un amuleto cuadrado de plata Ga'u, conocido localmente como Gehon, se lleva alrededor del cuello, a menudo engastado con turquesa y coral. En el dialecto local, la turquesa finamente engastada se llama Churluk Ngo'rilma y el coral, Churluk Martsam. Algunas mujeres usan un collar de bolas llamado Changwa, que alterna turquesa y coral, como correa para el Ga'u, aunque también lo llevan por separado.







El Pakog es un adorno para el fajín que se lleva en la cintura. Presenta un reverso de cuero rojo o brocado adornado con remaches y placas planas de plata. La tradición local recuerda que las versiones anteriores de este adorno tenían remaches más pequeños que los que se usan hoy en día.

Colgando del Pakog, en la parte inferior del cuerpo, se encuentra el Singisi. En su forma actual, consta de dos o tres piezas plateadas con forma de Ga'u, unidas verticalmente por cadenas de plata, con tres o cuatro hebras plateadas que se extienden desde cada lado y se sujetan a la izquierda o a la derecha de la cintura. Tradicionalmente, el Singisi era simplemente un conjunto de pequeños adornos funcionales, como un estuche para aguja e hilo o una pequeña bolsa, que se llevaba directamente a ambos lados de los muslos.

En ocasiones festivas, las mujeres de todas las edades visten el traje de gala, mientras que en la vida cotidiana, las mujeres mayores suelen usar un sencillo delantal plisado hasta la rodilla, de tela azul o blanca, con un ribete de contraste en el dobladillo.

Cerca de Tachu reside una comunidad de Naki conocida como los Malimasa, que conservan su propia vestimenta ceremonial para los rituales, pero adoptan la indumentaria tibetana estándar de Tachu para las bodas.





Los extraordinarios recursos naturales de Tachu y su larga historia de convivencia multiétnica han propiciado una cultura de interacción e intercambio que, paradójicamente, ha enriquecido la identidad única de cada comunidad en lugar de debilitarla. Esto se evidencia particularmente en las tradiciones entrelazadas de vestimenta, canto y danza que continúan fortaleciéndose mutuamente en esta región.





05

འབའ་བྲོས་ཀྱི་གོས་རྒྱ།

VESTIMENTA  
DE BADRO





① ཚེ་རིང་སྒྲིན་ཁབ་སུ།    ② མགོ་དྲིལ།  
Sombrero                      Godri  
Tsering Kyinkeb

③ བུ་སྒྲུང་། འགག་སྒྲོང་།  
Chaleco

④ ཨ་ལྷ། སྒྲོང་འབོག།  
Ala/Topok

⑤ བུ་བ།  
Túnica

⑥ གྲུབ་བཏགས།  
Gyabtag

⑦ འག་རས།  
Pañuelo

⑧ སྒྲུ་མོ།  
Nammo

⑨ ལྷ་ས།  
Botas





1 ལག་ཐྱིས།  
Lakchy

2 རྒྱུ་ལོག་  
Pendientes

3 ཨ་ལྷ། སྟོང་འཛོག་  
Ala/Topok

4 སུ་སྐྱང་། ལག་སྟོང་།  
Chaleco

5 ལག་རས།  
Pañuelo

6 སིང་སི།  
Singsi

7 རྩོ་ཐོ།  
Hroto



Badro es una aldea situada al sureste del municipio de Tachu, en el condado de Weixi, a una altitud media de unos 2500 metros, caracterizada por un clima monzónico templado. La aldea es conocida por varios nombres locales, como Badro, Batro y Badrong. Cuenta la leyenda que varias familias huyeron de Batang buscando refugio aquí, donde sus descendientes prosperaron con el tiempo, convirtiéndose en una aldea con más de doscientas familias en la actualidad. Se cree que el nombre Badro significa “los que huyeron de Batang”.

Las costumbres y la vestimenta de la aldea de Badro difieren ligeramente de las de las zonas vecinas, mostrando características regionales distintivas. La aldea es particularmente rica en música y danza tradicionales, con una larga historia que incluye representaciones como Repa y Chamdok. Chamdok comienza con invocaciones a los dioses del cielo, nagas y espíritus de la fortuna, y concluye con oraciones y peticiones de bendiciones. Esta representación tiene como objetivo principal orar por la felicidad y la prosperidad de los aldeanos, cosechas abundantes y la expulsión de espíritus malignos y obstáculos. Tanto hombres como mujeres visten trajes especiales para estas representaciones.

## Vestimenta masculina

La indumentaria masculina incluye el sombrero Tsering Kyinkeb, una camisa interior, un chaleco, una túnica, pantalones y botas, complementados con un kata, un anillo para el pulgar y un colgante Gyabtag para la espalda.







## Peinado Godri

Históricamente, los hombres llevaban el pelo largo, trenzándolo en una trenza de tres cabos y atando el extremo con hilo de seda rojo antes de enrollarlo alrededor de la cabeza. Este peinado se conoce como Godri. Aunque hoy en día pocos hombres llevan el pelo largo, para preservar esta tradición, ahora se trenzan hilos de seda de colores como rosa, azul y verde en una trenza de tres cabos, que se enrolla alrededor del sombrero Tsering Kyinkeb y se lleva en la cabeza. Este estilo distintivo los diferencia de otras regiones. Localmente, los sombreros se conocen como Hrawa. En el pasado, la gente usaba una variedad de sombreros, incluyendo sombreros de estilo occidental, de piel de zorro, Tsering Kyinkeb y de piel de mapache. Hoy en día, los sombreros Tsering Kyinkeb hechos de piel sintética son los más comunes, mientras que los sombreros tradicionales de piel de zorro casi han desaparecido.

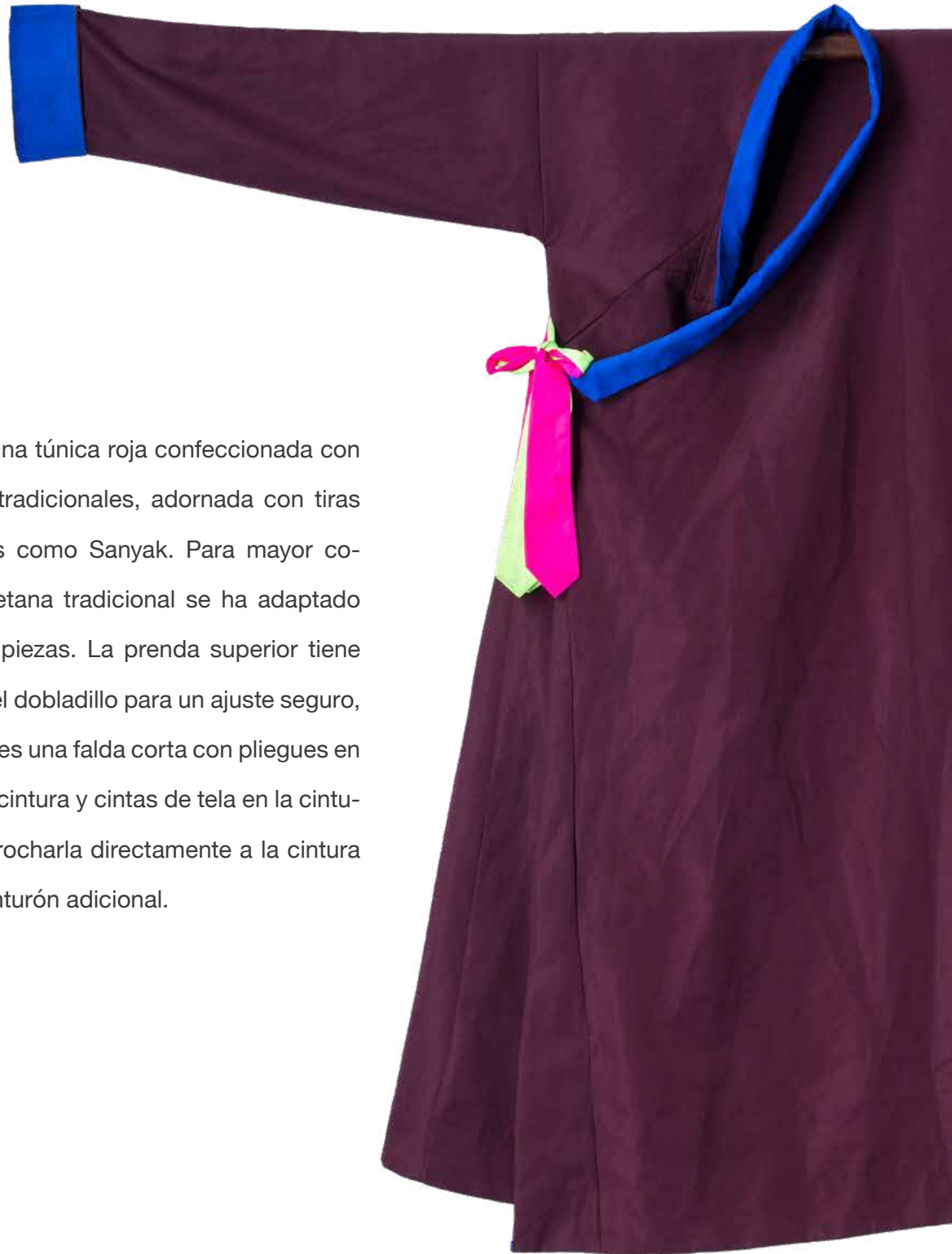
## Camisa interior y chaleco

En la parte superior del cuerpo, se lleva una camisa blanca de tela, conocida localmente como Ala o Topok, pegada a la piel, con ribetes de brocado en el cuello y los puños. Sobre la camisa, se lleva un chaleco negro, confeccionado con una capa exterior de terciopelo dorado y un forro interior de lana o tela azul. Este chaleco también tiene ribetes de brocado en el cuello y las sisas, además de aberturas a ambos lados del bajo.



## Túnica

La prenda exterior es una túnica roja confeccionada con tela o tejidos de lana tradicionales, adornada con tiras de tela azul conocidas como Sanyak. Para mayor comodidad, la túnica tibetana tradicional se ha adaptado a un conjunto de dos piezas. La prenda superior tiene una banda elástica en el dobladillo para un ajuste seguro, mientras que la inferior es una falda corta con pliegues en la parte posterior de la cintura y cintas de tela en la cintura, lo que permite abrocharla directamente a la cintura sin necesidad de un cinturón adicional.







## Pantalones

Para la parte inferior del cuerpo, se usan pantalones blancos, conocidos localmente como Nammo. Confeccionados en tela de algodón o pongee, estos pantalones tienen perneras anchas con borlas en los dobladillos. Una vez puestos, las borlas cuelgan naturalmente sobre las botas. Antiguamente, durante eventos como la representación de Chamdok, se añadía una sección de tela pongee blanca debajo de las rodillas, que luego se retiraba y guardaba tras la actuación.

## Botas

Los hombres usan diversos tipos de botas, conocidas localmente como Hoezi, que incluyen botas de cuero, terciopelo dorado y tela. Para grandes ceremonias, como la representación de Chamdok, la mayoría opta por botas de cuero con suelas cosidas de varias capas.

## Accesorios

Un kata blanco se coloca alrededor del cuello, con los extremos anudados sobre el pecho o colgando naturalmente, simbolizando la buena fortuna. Los hombres suelen usar un Ga'u solo en bodas y otros eventos formales, no durante las representaciones de Chamdok. Tanto hombres como mujeres tradicionalmente sostienen un pañuelo blanco en la mano derecha. Hay varias teorías para explicarlo: una versión sitúa su origen en la danza Ari Shon, donde el bailarín principal sostenía un mechón de yak blanco, evolucionando hasta convertirse en la costumbre de sostener katas y pañuelos, mientras que otra teoría indica que, debido a la duración nocturna de las representaciones de Chamdok, el pañuelo se usaba para secarse el sudor y con el tiempo se convirtió en costumbre. Antiguamente se usaban anillos de marfil para proteger el pulgar durante el tiro con arco, aunque esta práctica ahora es poco común. Alrededor de la cintura, se atan correas decorativas hechas de cintas de seda multicolores, conocidas como Gyabtag, que se usan solo durante las representaciones de Chamdok, no en festivales u otras ocasiones.

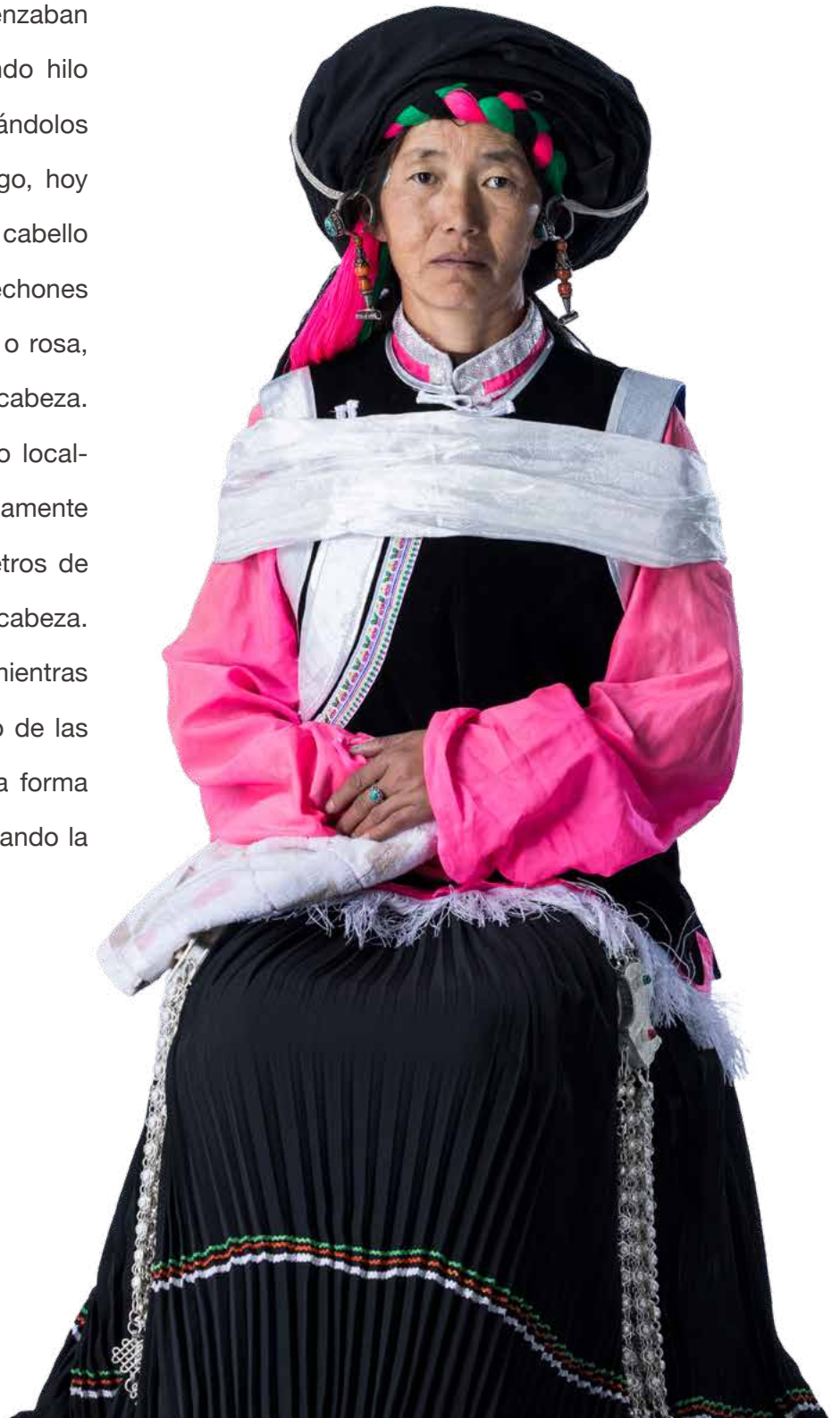


## Vestimenta femenina

El conjunto femenino consta de un turbante para la cabeza, camisa interior, chaleco, falda y zapatos, complementados con accesorios como pendientes, caja Ga'u, pulsera y kata.

### Cabello y turbante

Tradicionalmente, las mujeres se trenzaban el cabello en tres mechones, tejiendo hilo de seda en los extremos y enrollándolos alrededor de la cabeza. Sin embargo, hoy en día pocas mujeres se trenzan el cabello ellas mismas. En su lugar, utilizan mechones pre-trenzados de lana amarilla, azul o rosa, que se enrollan alrededor de la cabeza. Un turbante de tela negra, conocido localmente como Lakchyi, de aproximadamente dos metros de largo y diez centímetros de ancho, se envuelve alrededor de la cabeza. Un extremo cubre la parte superior, mientras que el resto se enrolla en el sentido de las agujas del reloj. El color, la tela y la forma de envolver el Lakchyi siguen respetando la tradición.







## Camisa interior y chaleco

Para la parte superior del cuerpo, las mujeres visten una camisa rosa llamada Ala o Topok como prenda interior. Esta camisa está diseñada con ribetes de Truk estampados en el cuello y los puños, y con tela blanca y borlas cosidas en el dobladillo interior. Sobre la camisa, se lleva un chaleco de terciopelo dorado por fuera y lana o tela azul por dentro. El chaleco está adornado con ribetes de brocado en el cuello y las sisas, así como con aberturas a ambos lados del dobladillo inferior.

## Falda

Antiguamente, las mujeres vestían una falda plisada negra conocida como Hroto, confeccionada artesanalmente con lana o plumón de yak. Hoy en día, se usan con mayor frecuencia faldas de tela compradas en el mercado, a menudo con un estilo similar a las de las regiones vecinas.

## Zapatos

Tradicionalmente, las mujeres usan Hoezi, botas tibetanas con suelas cosidas de varias capas, hechas de cuero o terciopelo dorado. Hoy en día, son más comunes los zapatos de cuero o tela que se compran en el mercado.



## Accesorios

Las mujeres se adornan con pendientes de plata conocidos como “coral de triple capa”, que no se llevan directamente en los lóbulos. En su lugar, se inserta un pequeño anillo en cada lóbulo, y los pendientes cuelgan de estos anillos, conectados por una cadena de plata llamada Natag que pasa por encima del turbante y se sujeta en su lugar. Alrededor del cuello, suelen llevar una caja hexagonal de plata Ga'u incrustada con turquesa y coral. Sus muñecas se adornan con brazaletes de marfil conocidos como La'nyog, a los que se les atribuyen beneficios para la salud, como la prevención de ictus cerebrales.

Además, las mujeres se colocan un kata blanco sobre los hombros, desde el pecho, anudándolo en la espalda para que los extremos cuelguen de forma natural. Esto simboliza la pureza interior y representa la ofrenda de un kata blanco inmaculado a todos, reflejando el énfasis tibetano en la interdependencia auspiciosa. En ocasiones especiales como bodas, las mujeres pueden usar pequeños adornos como el Singisi, aunque estos no suelen usarse durante las representaciones de Chamdok.







En su vida cotidiana, las ancianas doblan un turbante azul llamado Lakchyi en dos capas y se lo envuelven alrededor de la cabeza, adornando los cuatro bordes con bordados y flecos. El turbante se sujeta con una trenza de tres hebras de hilo de colores como azul, rosa y negro. En la parte posterior, se atan a la cintura un delantal azul plisado, con o sin ribete.

Tanto hombres como mujeres se colocan un Sokpag en las sienes al realizar el Chamdok. El Sokpag, hecho de papel fino recubierto de resina de pino, se originó en la época en que los bailarines actuaban toda la noche. Se creía que prevenía el mareo y los ictus cerebrales.



El Chamdok es considerado una poderosa oración para atraer buen clima y protección contra desastres naturales como las heladas y el granizo. Por ello, los lugareños tradicionalmente lo realizan una vez al año. La interpretación incluye la siguiente letra:

*'Turbante de brocado de seda en colores fruncidos,  
Pendientes de coral de triple capa,  
Adorno de pecho con un kata de color blanco puro,  
El Ga'u brilla de un rojo intenso,  
Túnica superior blanca como cumbres nevadas bajo mil soles,  
La banda con colores del arcoíris completa,  
Pantalones blancos como una caracola con borlas colgantes.  
Botas de cuero adornadas con treinta y seis tachuelas de hierro,  
Cordones elaborados con hilo dorado de mujer Han.*

Estas letras ilustran cómo la vestimenta local representa un conjunto completo con una rica historia.

Hoy en día, el patrimonio cultural de Repa y Chamdok ha contribuido a preservar y proteger la vestimenta tradicional de Badro de las tendencias externas. Estas hermosas prendas, cargadas de significado cultural, cautivan a visitantes de todas partes.





06

ཉེ་ཤར་མོང་པའི་གོས་རྒྱན།

VESTIMENTA  
DE NIXI





① འཕམ་སྒྲོ།  
Pandro

② རྒྱུ་ལོག།  
Nakog

③ ག་ཐུག་དཀར་དམར།  
Hatug Karmar

④ འཇའ་ཆོན་སྒྲོད་འབོག།  
Gyatsun Topo

⑤ ག་འུ།  
Ga'u

⑥ གཟན་ལྷ། གཟན་གྲོང་།  
Zanla/Zandrung

⑦ ཆབ་མ།  
Chabma

⑧ སིང་སི།  
Singi

⑨ སྒྲུ་མོ།  
Nammo



Nixi es un municipio administrado por la ciudad de Gyaltang en la prefectura autónoma tibetana de Dechen. Tiene una altitud media de aproximadamente 3000 metros y un clima seco y cálido propio de los valles. Sus habitantes subsisten principalmente mediante la agricultura y actividades semiagrícolas y semipastoriles. El municipio incluye varias aldeas, como Tangtod, Tangmed, Dekyid y Nagteng, que comparten estilos de vestimenta, preferencias en accesorios y costumbres populares similares. Si bien la indumentaria de Nixi tiene mucho en común con la de los municipios de Kongzera, Soklna y Waka en Derong, a lo largo del valle de Drichu, también presenta características regionales distintivas en cuanto a estilos y costumbres de vestimenta.

## Vestimenta femenina

El atuendo femenino incluye el tocado Pandro, camisa interior, chaleco, fajín Gyatra, chal, pantalones y zapatos, además de pendientes, collar, caja Ga'u, adorno de fajín Chabma y Singisi. Los principales tejidos utilizados para la vestimenta local son seda, brocado, algodón, lana fina y diversos tipos de cuero.



## Peinado Pandro

Antiguamente, las mujeres locales solían trenzar su cabello en finas trenzas, independientemente de la ocasión. El proceso comenzaba con una trenza gruesa en la coronilla, mientras que el resto del cabello se trenzaba en varias trenzas más finas. En la nuca, estas trenzas se unían en una sola trenza gruesa de tres mechones entrelazados con hilo de lana negra. Esta gran trenza se ajustaba a intervalos con lana de varios colores y luego se enrollaba alrededor de la cabeza, dejando que el extremo cayera junto a la oreja izquierda o metiéndolo entre el cabello. Este peinado se conoce como Pandro. Hoy en día, las mujeres mayores de sesenta años todavía añaden pequeñas cantidades de hilo rosa y verde al hilo negro antes de enrollarse el cabello. En cambio, las mujeres más jóvenes ya no se trenzan el cabello y, en su lugar, usan un Pandro ya hecho de lana en colores como verde, azul, amarillo y negro para ocasiones formales.





## Camisa interior

Las mujeres visten una camisa interior conocida localmente como Hatug Karmar. Esta camisa está hecha de tela o pongee con un ribete de brocado en el cuello. Según un proverbio local, “los hombres visten de blanco puro, mientras que las mujeres visten de rojo brillante”. Los hombres suelen usar prendas blancas de seda pongee, mientras que las mujeres prefieren el rojo y el rosa. Las mangas de la camisa vienen en dos longitudes: mangas largas que pueden tocar el suelo y mangas cortas que llegan hasta la muñeca. Dado que se realizan bailes durante ceremonias religiosas, bodas y otros eventos, la gente local suele optar por camisas de manga larga para ocasiones formales.







## **Chaleco y fajín Gyatra**

Sobre la camisa interior, las mujeres visten un chaleco llamado Gyatsun Topo, confeccionado con una capa exterior de brocado y un forro de lana. Este chaleco es una prenda esencial para las novias durante las bodas. Un fajín Gyatra, decorado con motivos de arcoíris, se ata cuidadosamente sobre el chaleco como adorno.

## Chal trasero

Las mujeres visten a la espalda un chal rectangular conocido localmente como Zanla o Zandröng. Este chal está tejido con lana estampada o terciopelo dorado, y adornado con lana estampada a ambos lados. En la parte superior, presenta una franja más ancha de brocado Gyalo de Truk, un panel cuadrado de lana gruesa en el centro y flecos de seda roja a lo largo del dobladillo. El chal simboliza nobleza, respeto y cortesía, por lo que es esencial usarlo en eventos religiosos, festivales, visitas a maestros respetados y al recibir invitados.

Las ancianas suelen usar un chal de pelo de yak llamado Char, que ofrece una excelente protección contra la lluvia. Durante el trabajo, sirve como protector para la espalda, y durante la temporada de siembra, se considera una prenda indispensable y auspiciosa. Los lugareños creen firmemente que usar el Char al arar y sembrar presagia un año de clima favorable y una cosecha abundante de los cinco cereales, simbolizando la buena fortuna. Por consiguiente, las ancianas suelen llevar el Char sobre la espalda en todo momento.





## Pantalones

Las mujeres visten pantalones blancos llamados Nammo, de perneras muy anchas que dan la apariencia de una falda plisada blanca y suelta. Dos paneles de tela, similares a un delantal, llamados Pangsub o Gole, están cosidos en la parte delantera y trasera de la cintura. Estos paneles cuelgan como un sari, ocultando las costuras y la entrepierna del pantalón, según la etiqueta tradicional. Cada panel está adornado con tres estrechas tiras de tela azul llamadas Joltsar, que simbolizan el cielo azul. Antiguamente, los Nammo se confeccionaban con lana, cáñamo y materiales similares, pero hoy en día suelen elaborarse con tela común.

En la vida cotidiana, la mayoría de las mujeres visten blusas y pantalones sencillos. Al combinarlo con el Char en la espalda, un panel de tela similar a un delantal con ribete azul se envuelve alrededor de las caderas para brindar soporte y abrigo. Sin embargo, esta prenda para las caderas es una incorporación relativamente reciente a la vestimenta tradicional, ya que se popularizó hace apenas treinta años.

Históricamente, al caminar bajo la lluvia, las mujeres usaban una capa impermeable llamada Gora, hecha de lana de oveja o plumón de yak, que cubría completamente la cabeza y la parte superior del cuerpo. Esta prenda rara vez se usa hoy en día.







## Zapatos

Tradicionalmente, las mujeres usaban botas tibetanas de cuero y terciopelo dorado con suelas cosidas de varias capas. Hoy en día, la mayoría opta por zapatos de cuero comprados en el mercado.

## Accesorios

Hay diversos accesorios que se usan con atuendos formales. Pendientes conocidos como Nakog, elaborados en oro o plata e incrustados con turquesa y coral. Un collar con turquesa, coral, ámbar y otras piedras preciosas, comúnmente acompañado de una caja hexagonal Ga'u. Brazaletes hechos de marfil, plata o materiales similares, conocidos localmente como La'nyog. Un fajín con base de brocado adornado con tachuelas de plata, que se lleva en la cintura y se llama Chabma. Pequeños adornos de plata llamados Singsi, que incluyen una bolsita y un estuche para agujas. Hoy en día, Singsi también designa adornos más grandes en forma de Ga'u ensartados en una cadena de plata, elaborados en oro y plata y que se llevan en la parte delantera. Durante los bailes no suelen usarse accesorios grandes, pero en bodas, Año Nuevo y otras ocasiones importantes, las personas se adornan con tantos accesorios ornamentados como sea posible para mostrar grandeza y riqueza.







## Vestimenta masculina

Antiguamente, los hombres solían usar tocados tradicionales como sombreros de piel de zorro y sombreros Tsering Kyinkeb. Hoy en día, los sombreros Tsering Kyinkeb de piel sintética se han convertido en la norma, mientras que los sombreros de pieles de animales prácticamente han desaparecido. En ocasiones formales, los hombres suelen vestir una túnica de lana fina sobre una camisa de pongee, combinada con pantalones de seda pongee blanca y botas de terciopelo dorado o de montar. Además, a menudo llevan un Ga'u en el pecho para protegerse. Un cuchillo largo se lleva horizontalmente en la cintura, o una daga corta se cuelga en diagonal en la cadera. En general, estas prendas y accesorios se asemejan mucho a los estilos de vestimenta predominantes en la mayoría de las zonas tibetanas.

En ocasiones como el Año Nuevo, las inauguraciones de casas y las bodas, los lugareños interpretan una danza conocida en el dialecto regional como Rongpa Chamlu, también documentada históricamente como la Canción de Amor de Nixi o la Danza de Amor de Nixi. Esta no es solo una canción y danza folclórica transmitida entre la población de Nixi, sino también un aspecto esencial de las artes culturales folclóricas de la prefectura de Dechen. Durante las representaciones, las mujeres visten uniformemente el traje típico de Nixi y cantan:

*En la ciudad de Lasa*

*Está el sombrero Tsering Kyinkeb, el sombrero Tsering Kyinkeb.*

*Tu adorno, hermano mayor.*

*En las profundidades del océano,*

*Hay siete corales, siete corales.*

*Tu adorno, hermana mayor celestial.*

La geografía, el modo de vida y las costumbres locales han dejado su huella en la vestimenta de los Nixi, otorgándole un carácter propio y reconocible dentro de la tradición más amplia del valle de Drichu.



07

འོང་པ་ཤོག་ལཱ་འི་བུད་མེད་གྱི་གོས་རྒྱུ།

VESTIMENTA  
FEMENINA DE  
SOKLNGA







1 ལག་ཕྱིས།  
Lakchyi

2 རྒྱུ་ཁོག།  
Nakog

3 རྩོད་ཐུང་།  
Camisa  
exterior

4 ཐུ་ཐུང་། འགག་སྟོང་།  
Putung/Godtod

5 གཤུ།  
Ga'u

6 དུལ་སྐྱ་རགས།  
ཆབ་མ།  
Chabma

7 འབའ་ཁྱུག་ཁབ་བྱབས།  
Bakeg Kabsub

8 སིང་སི།  
Singsi

9 རས་རྒྱན།  
Regyan





Soklinga es un municipio dentro de la ciudad de Gyaltang, ubicado en la prefectura autónoma tibetana de Dechen. Se asienta en el valle de Drichu a una altitud media de 2300 metros y se caracteriza por un clima de meseta. La población local descende en gran parte de los primeros pobladores que emigraron de Batang. En general, la vestimenta tradicional de Soklinga es similar a la de Kongzera y otras comunidades del valle de Drichu. A lo largo de los años, se han incorporado influencias de diversas culturas, pero la tradición local conserva su singularidad, especialmente en la terminología de las prendas y sus estilos de uso. En conjunto, estos elementos conforman un sistema cultural popular cohesionado.

Un atuendo completo consta de turbante Lakchyi, camisa, chaleco Putung y falda Regyan, complementados con accesorios como pendientes, adorno de fajín Chabma y adorno de bolsa y estuche para agujas Bakeg Kabsub.



## Turbante

El Lakchyi es un turbante para la cabeza, de aproximadamente dos metros de largo y cincuenta centímetros de ancho, cuyo color cambia con la edad. Las niñas comienzan a usar el atuendo tibetano completo con un Lakchyi rojo alrededor de los catorce años, lo que indica su edad para contraer matrimonio. Al llegar a la mediana edad, el rojo se transforma en un carmesí intenso, y a partir de los sesenta años se suele usar el negro. Tradicionalmente, el Lakchyi se enrollaba cuidadosamente alrededor de la cabeza, cubriendo la coronilla. Sin embargo, desde principios del siglo XXI se ha popularizado una versión simplificada, lista para usar, que no requiere enrollarse.



## Adornos para el cabello

Antiguamente, las mujeres se trenzaban el cabello con hilo de lana en dos trenzas, enrollándolas sobre la cabeza con los extremos colgando en la nuca, un estilo conocido como Tratud. Hoy en día, esta práctica casi ha desaparecido; en su lugar, se trenzan hilos de lana negra, azul y rosa en una trenza de tres cabos que se cose en el interior del Lakchyi, con una pequeña borla que cuelga en la nuca.





## Prenda superior

La parte superior de la camisa está confeccionada con brocado o tela de varios colores, como amarillo, rojo y azul. Una tira decorativa de pongee blanco con flecos, llamada Tsilen, está cosida en el dobladillo inferior.





## Chaleco

El Putung es un chaleco con forro de brocado, adornado con ribetes de brocado en el cuello y el dobladillo, y un fino borde de hilo dorado. Presenta aberturas laterales, delanteras y traseras. La combinación de la camisa y el chaleco se conoce como Stata Ngata. Las mujeres mayores suelen usar colores sobrios, mientras que las jóvenes optan por tonos más vivos. Históricamente, el chaleco se confeccionaba principalmente con tela de cáñamo.

## Falda

Las mujeres de Soklinga visten el Regyan, una falda con muchos pliegues que tradicionalmente se tejía con lana de oveja y plumón de yak, pero que ahora se confecciona con tela lisa. Una franja decorativa con un patrón de arcoíris recorre horizontalmente el dobladillo inferior. Antiguamente, solo las mujeres de linaje noble podían usar un Regyan negro, mientras que las mujeres comunes estaban limitadas al blanco. Un ejemplo notable es la familia Nangten Tsang, conocida por haber dado a luz a once lamas reencarnados y considerada el linaje más distinguido de la zona, cuyas mujeres eran universalmente reconocidas por vestir de negro. Sin embargo, a partir de la década de 1940, las mujeres comunes también comenzaron a adoptar gradualmente el Regyan negro, y hoy en día, todas las mujeres de Soklinga visten de negro.

En su vida cotidiana, las mujeres visten un delantal negro con un panel frontal similar a un Pangden, complementado con un panel trasero blanco, ambos hasta la rodilla y prácticos para el trabajo.



## Zapatos

Tradicionalmente, las mujeres usaban botas tibetanas de cuero. Sin embargo, hoy en día, lo habitual es comprar zapatos de cuero comunes en las tiendas, y las botas tibetanas rara vez se ven.

## Accesorios

Los pendientes, conocidos como Nakog, suelen ser de plata. A diferencia de antaño, cuando se ensartaban en la oreja, hoy en día se conectan mediante un Natag, una cadena de plata que pasa por encima del Lakchyi y se sujeta con un hilo por encima de la oreja, lo que permite que cuelguen a la altura de las mejillas.

Alrededor del cuello, las mujeres llevan un collar de coral y ámbar, a menudo acompañado de un amuleto Ga'u. Antiguamente, solo se usaba un Ga'u pequeño, pero la mejora de las condiciones de vida ha propiciado la preferencia por Ga'u más grandes, de oro o plata, con dos o tres bolas incrustadas en el centro.





A la altura de la cintura, se ata un fajín Gyatra plano sobre el Stata Ngata, y superpuesto aparece el Chabma, un fajín con grandes tachuelas de plata. En cada lado de la cadera cuelga el Bakeg Kabsub, con una bolsa de plata a la izquierda y un estuche para agujas a la derecha, unidos por una cadena de plata con motivos florales. El Singisi, tres grandes piezas en forma de Ga'u unidas verticalmente por una cadena de plata y que se llevan al frente, se reserva para bodas, festivales de ofrendas florales y las ocasiones más formales.

Aunque la vestimenta, la comida y el habla de Soklinga han absorbido durante mucho tiempo influencias de las culturas vecinas, la comunidad ha encontrado en su danza circular Kordro y en la música de violín Piwang un contexto vivo para sus propias tradiciones, uno que mantiene su cultura de la vestimenta no solo recordada, sino también activamente usada y transmitida.



Vestimenta femenina de Soklinga 125

08

ཀྲུལ་ཐང་བུད་མེད་གྱི་ལྗང་སྒུལ།

VESTIMENTA  
FEMENINA DE  
GYALTANG









1 སྐམ་ལྷུ།  
Sombrero de  
piel de nutria

2 གཞོན་སྒྲ།  
Nontra

3 སེ་ཀོས།  
Peko

4 གོང་སྟོད།  
Gongtod

5 ལྷགས་ཐག།  
Chaktag

6 གཱུ།  
Ga'u

7 རྩེང་སྐུལ།  
Jangsul

8 ཆབ་མ།  
Chabma

9 མ་གོས་སྟོད་འཛོག།  
Todbok Ma'go

10 རིལ་བྱ་ཁབ་ལུབས།  
Trilbu Kabsub



① མེ་ཏོག་ལྷན།  
Sombrero  
bordado con  
flores

② སྤུ་མའི་ལྷན།  
Sombrero de  
terciopelo dorado

③ མ་གོས་སྤོང་འབོག།  
Todbok Ma'go

④ བེ་གོས།  
Peko

⑤ གཤུ།  
Ga'u

⑥ ལྷགས་ཐག།  
Chaktag

⑦ གཟན་ལྷ། གཟན་གོས།  
Zanla/Zango

⑧ ཆབ་མ།  
Chabma

⑨ འབའ་ལྷག།  
Bolso

⑩ རིལ་བུ་ཁབ་ལྷགས།  
Trilbu Kabsub

⑪ མོ་སན།  
Mopan



① མཐོང་མཐོང་།  
Letgor

② རྩ་ཁེབས།  
Nakeb

③ རས་གོས།  
Rego

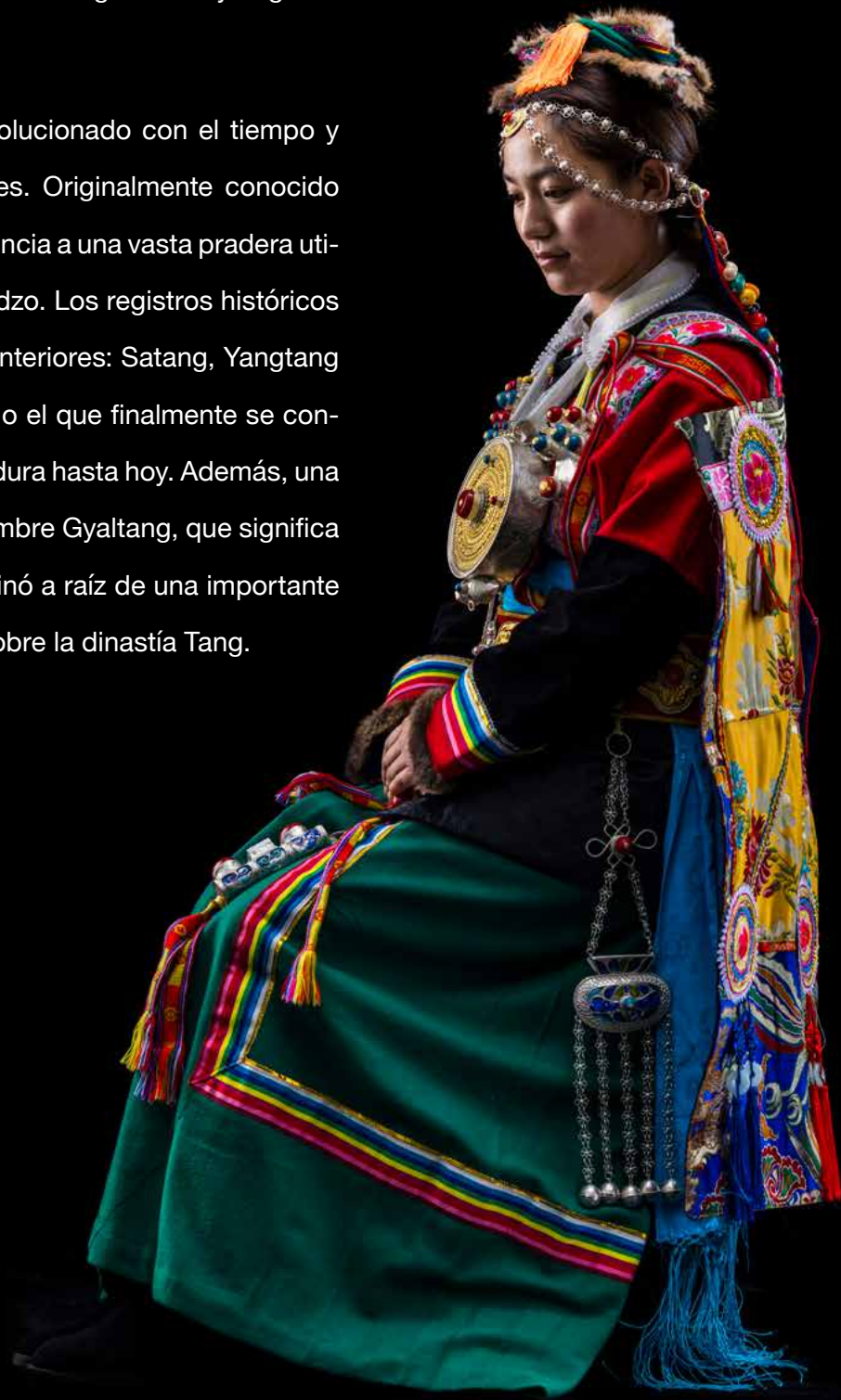
④ མ་གོས་སྟོང་འབོག།  
Todbok Ma'go

⑤ སྤུན་དྲིས། བའ་ཁེབས།  
Ngundri/Pangkeb



Gyaltang es un municipio dentro de la ciudad de Shangri-La, en la prefectura autónoma tibetana de Dechen, provincia de Yunnan. Situado a una altitud media de 3400 metros, goza de un clima templado de meseta y un estilo de vida que combina la agricultura y la ganadería.

El nombre Gyaltang ha evolucionado con el tiempo y tiene varias interpretaciones. Originalmente conocido como Dzotang, hacía referencia a una vasta pradera utilizada para el pastoreo de dzo. Los registros históricos mencionan tres nombres anteriores: Satang, Yangtang y Jetang, siendo este último el que finalmente se convirtió en el nombre que perdura hasta hoy. Además, una tradición sugiere que el nombre Gyaltang, que significa “llanura victoriosa”, se originó a raíz de una importante victoria imperial tibetana sobre la dinastía Tang.



Con el paso del tiempo y la evolución de la estética, una misma región puede presentar una gran variedad de estilos y costumbres de vestimenta. Gyaltang ejemplifica esta diversidad. La ropa femenina en esta zona varía en color, terminología y características demográficas específicas de quienes la usan. En Gyaltang y localidades cercanas como Semkyi Nyinmo, la indumentaria femenina se puede clasificar en varios tipos, incluyendo la vestimenta Jangsul, la vestimenta Mopan, la ropa de uso diario y la que usan las personas mayores.

Entre las diversas tradiciones de vestimenta de esta región, el Jangsul era antiguamente el atuendo nupcial de las hijas de familias adineradas cuando se mudaban a casa de sus maridos, mientras que las de familias comunes solían usar el Mopan. Sin embargo, se ha puesto de moda que las novias y sus damas de honor vistan el Jangsul completo en las bodas.

## **Vestimenta de Jangsul**

El atuendo completo de Jangsul incluye el sombrero de piel de nutria, la túnica de Jangsul, el chaleco exterior Todbok Ma'go, un fajín de brocado, el delantal Pangden, la capa trasera Gongtod y botas. Los accesorios adicionales incluyen pendientes, el broche Peko, una caja para amuletos Ga'u, el adorno colgante Chaktag, el fajín Chabma y el adorno Trilbu Kabsub con forma de campana y estuche para agujas.





Vestimenta femenina de Gyaltang 133





## Adornos para el cabello

El peinado nupcial tradicional comienza dividiendo el cabello en tres secciones. La parte central, conocida como Ue'zor, se trenza por separado de la coronilla, mientras que el cabello de los lados también se trenza. Luego, los tres mechones se unen en la nuca y se entrelazan en una sola trenza de cinco mechones que cae en cascada por la espalda. En la línea del cabello, una cadena de plata llamada Nontra, adornada con flores de plata, se coloca sobre la frente y se conecta en la parte posterior a un gran panel ovalado de plata con incrustaciones de coral. Dos Trashub, mangas trenzadas de brocado o fieltro, adornadas con turquesa, coral ramificado, grandes bolas de coral, ámbar, concha y Dzi, cuelgan de la trenza a la altura de cada omóplato. Las Nontra modernas suelen tener un forro de brocado con ámbar y coral ramificado dispersos, una flor de plata en la línea del cabello y cadenas de oro con perlas en las sienes.

Trenzar el cabello desde la nuca hacia abajo en una sola trenza de tres mechones se considera un signo de luto, por lo que las mujeres generalmente evitan este estilo en su vida diaria.





## Sombrero de piel de nutria

El sombrero de piel de nutria destaca entre los sombreros tibetanos por su forma y estilo únicos. Tiene un cuerpo relativamente pequeño con un ala trapezoidal que se curva hacia arriba tanto en la parte delantera como en la trasera. La superficie del sombrero está adornada con un patrón horizontal de arcoíris hecho con cinco hilos de colores, que representan los Cinco Elementos. El cuerpo está confeccionado con tela de lana verde, mientras que la parte superior es de tela azul, que simboliza el cielo y la tierra, respectivamente. El ala está revestida con tela de lana verde, forrada con seda y ribeteada con finas tiras de piel de nutria. En la parte superior de la copa, hay un Tsugtor, una borla hecha de hilos de seda multicolores. Históricamente, el área alrededor de la copa se embellecía con coral y otros ornamentos, aunque esta práctica es ahora poco común.



## Túnica de Jangsul

El Jangsul es una túnica sin cuello que se lleva con un gorro de piel de nutria. La parte superior y la mitad de las mangas están hechas de fina lana roja, mientras que la parte inferior es de lana verde. Las mangas, desde el codo hasta la muñeca, son de terciopelo negro, y los puños presentan cinco o seis hilos multicolores dispuestos en una banda horizontal de arcoíris, ribeteada con una estrecha tira de piel de nutria. El dobladillo trasero se frunce en múltiples pliegues conocidos como Du'ro, debajo de los cuales otra banda de cinco hilos de colores recorre el dobladillo. La túnica se lleva de izquierda a derecha y se sujeta con el fajín interior Nangching.





## Chaleco

El Todbok Ma'go se lleva sobre el Jangsul. Está confeccionado con brocado y forrado con algodón o fieltro estampado. El escote y las sisas están rematados con un ribete de brocado de doble capa. Desde el broche del cuello hasta el broche de la sisa, la parte delantera luce un amplio panel de tela floral bordada, adornado con hilo dorado ondulado y diversos hilos de bordado de colores. El bajo delantero tiene una abertura de aproximadamente un palmo de largo.

## Fajín de satén

Dos fajines de distinto color pero de igual longitud, conocidos como fajines de brocado, se llevan sobre el chaleco. Un extremo de cada fajín se anuda a unos treinta centímetros de la punta, dejando que cuelgue hacia un lado. Los fajines se envuelven alrededor de la cintura, y los otros extremos se atan en el lado opuesto, quedando también sueltos, lo cual crea un efecto decorativo simétrico.

## Delantal

El Pangden es un delantal frontal de brocado ribeteado con colores en contraste y adornado con una cinta de tela o brocado cosida a lo largo del borde superior.





## Chal

Sobre la espalda se encuentra el Gongtod, una gran capa cuadrada de brocado forrada con lana o tela. La capa consta de dos anchas tiras de brocado de colores en contraste que sirven de ribete y se sujeta con una tira plana tejida que pasa por encima de los brazos y se ata en la parte delantera del pecho. El borde superior de la capa está adornado con un ribete de terciopelo dorado, y a lo largo de la costura inferior, donde se unen los dos paneles de brocado, se encuentran cinco adornos redondos de brocado con forma de ojal, espaciados uniformemente, cada uno adornado con borlas de hilo multicolor.



## Zapatos

Tradicionalmente, las mujeres usaban botas con punta levantada y estampado de arcoíris, hechas de cuero, terciopelo o tela. Hoy en día, los zapatos de cuero de estilo tibetano que se compran en el mercado son lo habitual.

## Accesorios

Los pendientes se conocen como Nakog. Antiguamente, las mujeres se adornaban con grandes pendientes de plata con incrustaciones de turquesa, conocidos como pendientes de tres niveles de turquesa, pero ahora la mayoría de las mujeres optan por pequeños adornos de oro del tipo Lungtang.

Alrededor del cuello se encuentra el Peko, un adorno hecho de tela o fieltro, de aproximadamente cuatro dedos de ancho, bordado con motivos florales. Sus extremos de plata están engastados con turquesa y coral, y se abrochan como una hebilla de cuello. Una correa plana tejida conecta el interior del cuello del chaleco con el fajín interior Nangching. La tradición local sostiene que los dos extremos de plata simbolizan el vínculo entre madre e hijo: la pieza derecha, con trece segmentos finos, representa a la madre (Pema), mientras que la izquierda, con aproximadamente ocho segmentos, representa al hijo (Pechil).



Del broche del collar cuelga el Chaktag, compuesto por aproximadamente seis cadenas de plata con incrustaciones de turquesa y coral, cada una con un pequeño anillo en el extremo. Actualmente, los Chaktag de oro son más comunes que los de plata. Además, se usan amuletos Ga'u cuadrados de plata de varios tamaños, también con incrustaciones de turquesa y coral.

Antiguamente, las pulseras de plata y marfil adornaban la muñeca, pero ahora lo habitual son las pulseras de oro. En los dedos se llevan anillos de oro o plata.





A la altura de la cintura, el chabma, un fajín de fieltro rojo con ribete de brocado y grandes tachuelas de plata, se sujeta por la espalda, dejando las tachuelas a la vista por delante. Actualmente, es común ver versiones completamente doradas o bañadas en plata.

En la cadera derecha cuelga un adorno redondo de plata engastado con turquesa y coral, del que cuelgan, unidos por cadenas de plata, una bolsita, un Trilbu Kabsub y otros accesorios.







## Vestimenta de Mopan

El atuendo Mopan comprende un conjunto completo de prendas, que incluye un sombrero de flores bordado, un sombrero de terciopelo dorado, una camisa interior Hatug, una túnica Mopan, un chaleco Todbok Ma'go, un fajín Kurag, un chal Zanla para la espalda y botas, así como pendientes, un broche Peko para el cuello, una caja Ga'u y un Trilbu Kabsub.

En la vida cotidiana, las mujeres suelen trenzar su cabello en dos trenzas que caen por la espalda o se enrollan alrededor de la nuca. Sin embargo, el día de su boda, las novias se peinan de una manera única: una sección del centro de la coronilla se trenza en una trenza llamada Uezor, mientras que otras secciones tomadas de ambos lados se trenzan en trenzas de cinco mechones. Al llegar a la cintura, las tres trenzas se unen en una sola de tres mechones, con un fleco de borla de seda rosa llamado Pandro en el extremo. Esta trenza se pasa por fajín para que caiga por la espalda. El Uezor es un peinado especial reservado para las novias en el día de su boda.





## Sombrero de flores

Los sombreros que se usan con la vestimenta Mopan incluyen el sombrero de flores bordado y el sombrero de terciopelo dorado. El sombrero de flores bordado se asemeja al sombrero de piel de nutria asociado con el conjunto Jangsul. La superficie exterior está confeccionada con tela negra o terciopelo dorado, mientras que el forro es de tela azul y otras telas. Los dos bordes constan de tela de doble capa, con el cuerpo de terciopelo dorado y la parte superior adornada con hilos de lana o seda roja que simbolizan el pico de una chova piquirroja. El ala delantera está cubierta con diversas telas bordadas, y el forro del ala trasera muestra brocado estampado. Además, los bordes de ambos lados del ala están rematados con ribetes de tela bordada.

Para usar este sombrero, se colocan horizontalmente sobre la frente dos capas de pañuelos de tela: uno azul y otro negro, de aproximadamente cuatro dedos de ancho cada uno. Estos pañuelos se conocen como Shwaog y Shwanag. El sombrero se coloca solo después de que estos pañuelos estén bien sujetos. Tradicionalmente, este sombrero se reservaba para las bodas, pero ahora también se usa en diversas ocasiones formales y ceremoniales.





## Sombrero de terciopelo

El sombrero de terciopelo tiene una capa exterior de terciopelo con un forro de tela roja. Su ala es más larga y carece de copa. Al doblarlo por la mitad, el sombrero se asemeja a la forma de una chova piquirroja. Se usa de forma similar al sombrero de flores bordado: se colocan dos pañuelos de tela horizontalmente sobre la cabeza antes de ponerse este sombrero más sencillo. Al usarlo, el ala se dobla hacia adentro para dejar ver una pequeña porción del forro rojo en la copa, y el sombrero se sujeta bajo la barbilla con cintas. El forro rojo visible en la copa simboliza el pico de la chova piquirroja.

Se dice que ambos estilos de sombreros están relacionados con la tradición de la ópera tibetana. En ocasiones ceremoniales, las mujeres pueden superponer el sombrero de terciopelo sobre el sombrero de flores bordadas.

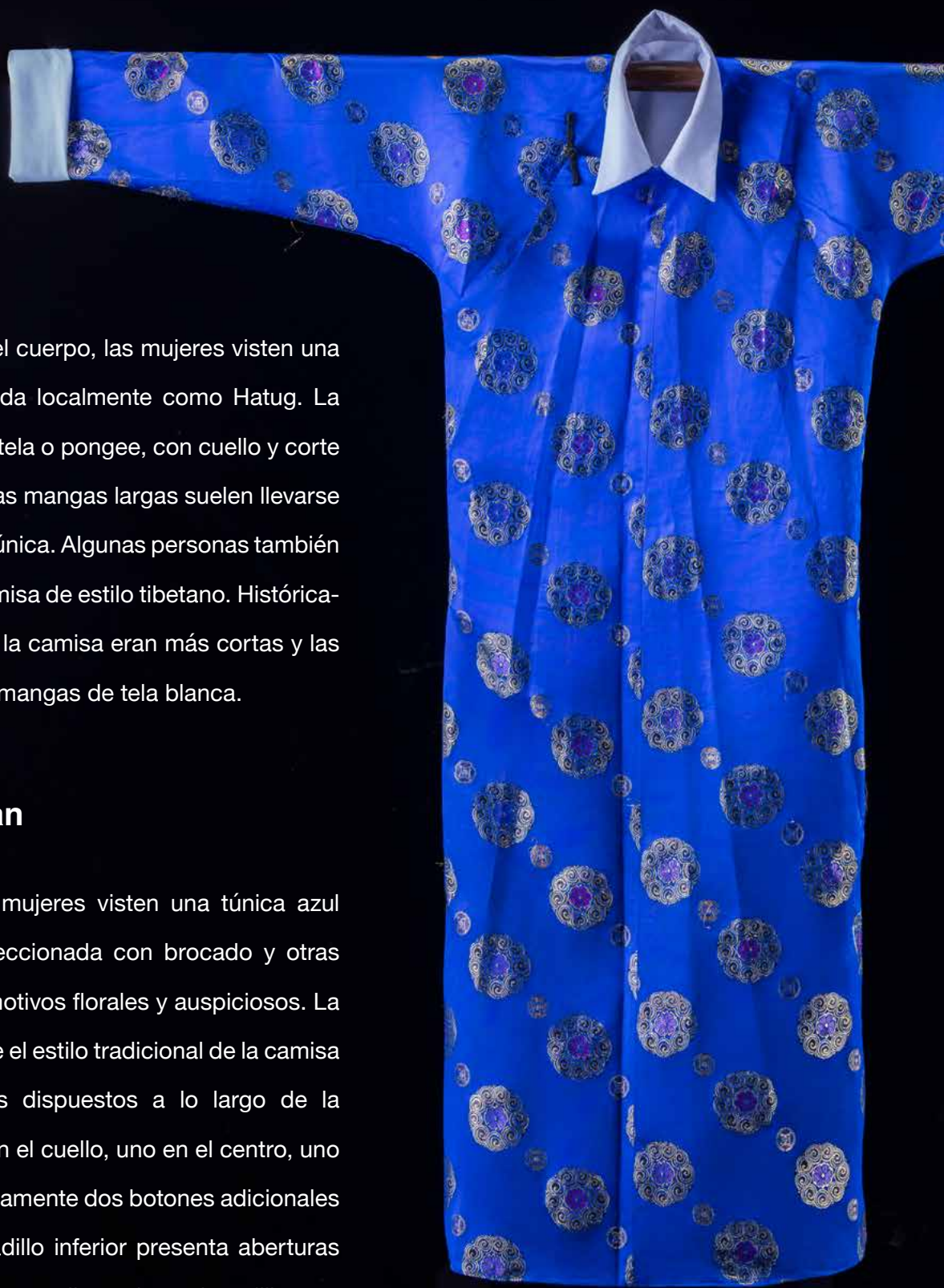


## Camisa interior

En la parte superior del cuerpo, las mujeres visten una camisa blanca conocida localmente como Hatug. La camisa está hecha de tela o pongee, con cuello y corte de estilo occidental. Las mangas largas suelen llevarse remangadas sobre la túnica. Algunas personas también optan por usar una camisa de estilo tibetano. Históricamente, las mangas de la camisa eran más cortas y las mujeres usaban cubremangas de tela blanca.

## Túnica de Mopan

Sobre la camisa, las mujeres visten una túnica azul llamada Mopan, confeccionada con brocado y otras telas adornadas con motivos florales y auspiciosos. La túnica, sin cuello, sigue el estilo tradicional de la camisa tibetana, con botones dispuestos a lo largo de la abertura frontal: uno en el cuello, uno en el centro, uno en la axila y aproximadamente dos botones adicionales en la cintura. El dobladillo inferior presenta aberturas laterales a ambos lados, que llegan hasta la rodilla, con los bordes ribeteados en terciopelo negro y otros materiales, y botones cosidos a lo largo de estos bordes.





## Chaleco

Sobre la túnica mopan, las mujeres visten un chaleco conocido como Todbok Ma'go. Su capa exterior es de brocado rosa decorado con motivos florales, mientras que el forro interior es de lana azul o materiales similares. El cuello está ribeteado con terciopelo negro. La abertura frontal, desde el botón central hasta el botón de la axila, está adornada con una tela ancha bordada, hilo dorado con un patrón de ondas de agua e hilos de seda multicolores. El dobladillo delantero presenta dos bordes decorativos de terciopelo dorado y tela blanca, junto con profundas aberturas a ambos lados.





## Fajín

Sobre el Todbok, se ata primero un fajín Gyatra de aproximadamente cinco dedos de ancho. Este fajín está tejido con una tela vibrante y estampado, bordado con hilo blanco y forrado con tela azul y otros materiales. Tiene lazos estrechos tejidos en ambos extremos, lo que permite que se enrolle dos veces alrededor de la cintura. A continuación, se atan dos fajines de brocado de igual longitud pero de colores diferentes. Los fajines se anudan en un extremo, a unos treinta centímetros del borde, dejando que el extremo anudado cuelgue por un lado del cuerpo. Luego se envuelven alrededor de la cintura, anudando los otros extremos en el lado opuesto, dejando que los extremos restantes cuelguen como elementos decorativos.



## Chal

Sobre la espalda se coloca un gran chal cuadrado llamado Zangla o Zango. Este chal tiene una capa exterior de lana Truk estampada y brocado, con un forro interior de lana o tela lisa. Su base es de lana Truk estampada cuadrada, con el borde superior ribeteado en terciopelo dorado y bordeado con una tira de brocado de unos cuatro o cinco dedos de ancho, conocida como Taga. Los bordes restantes están rematados con dos capas de brocado ancho de diferentes colores. Algunos chales tienen unos cinco adornos redondos de brocado, parecidos a ojales, cosidos en la unión de estos bordes, cada uno adornado con borlas llamadas Tsilen, hechas de hilos multicolores. El chal se sujeta al pecho con cintas planas de tela tejida que pasan por los hombros y los brazos. El Zangla se lleva en ocasiones formales como gesto de respeto y cortesía, y se dice que simboliza los cinco elementos.

## Botas

Históricamente, las mujeres usaban botas coloridas con la punta hacia arriba y suelas hechas de varias capas de cuero cosidas a mano. La parte superior de la bota era de cuero, mientras que el cuello era de terciopelo dorado o tela. Hoy en día, las mujeres usan principalmente botas de estilo tibetano compradas en el mercado.

## Accesorios

Los accesorios que se usan con la vestimenta Mopan se parecen mucho a los de la vestimenta Jangsul. En el dialecto local, los pendientes se denominan Nakog. Tradicionalmente, las mujeres usaban pendientes de plata con incrustaciones de turquesa, conocidos como pendientes de “turquesa de triple capa”, pero ahora la mayoría prefiere pendientes pequeños de oro, como los pendientes Lungtang y los aros.

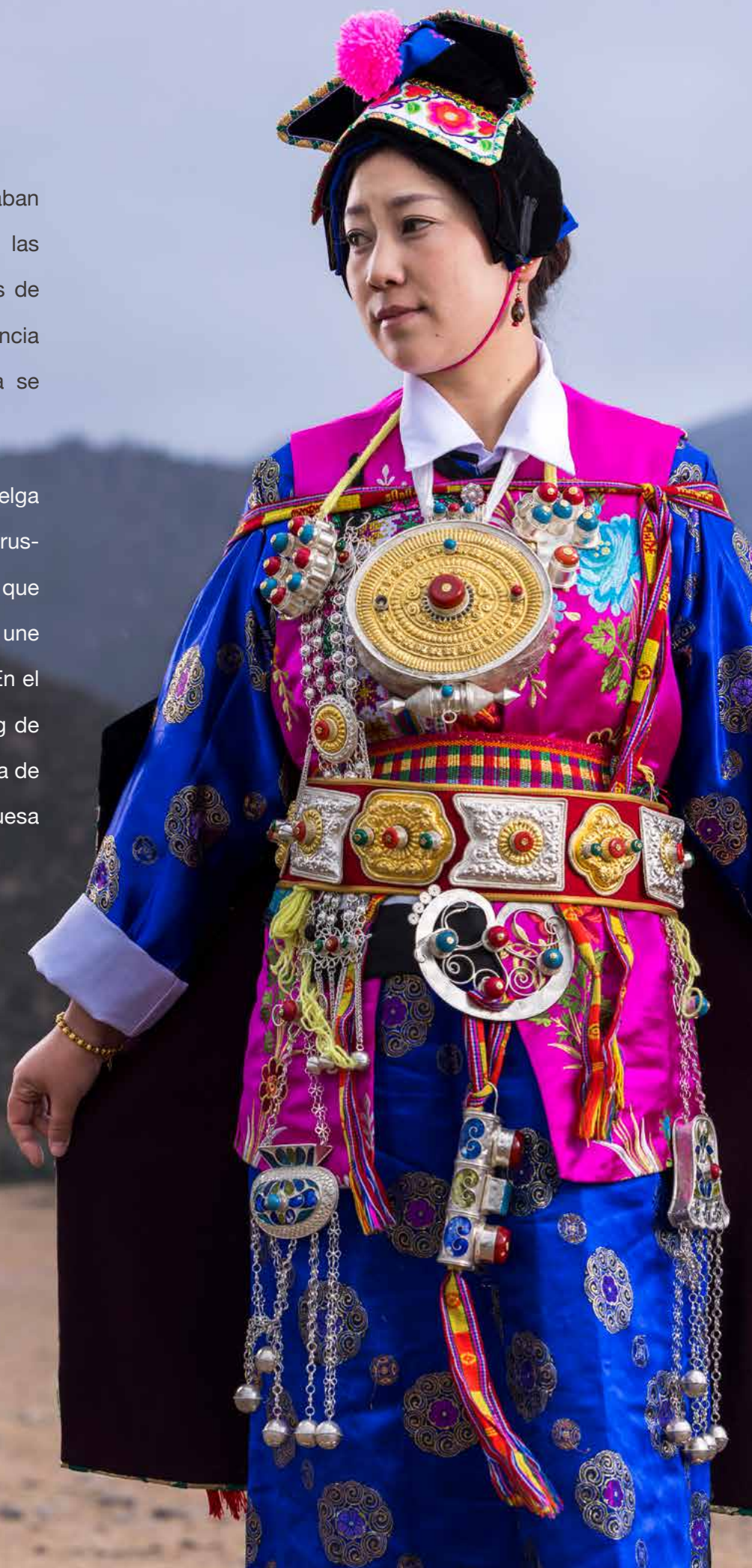
Alrededor del cuello se lleva una hebilla a juego para madre e hijo llamada Peko. Esta pieza tiene una base de aproximadamente cuatro dedos de ancho, hecha de tela o lana, bordada con motivos florales o confeccionada con una tela lisa más estrecha. Ambos extremos están adornados con hebillas de plata incrustadas con turquesa y coral. El Peko se puede llevar de dos maneras: sujeto al cinturón con una correa plana tejida o suelto, o sujeto en la nuca, dejando que los extremos cuelguen libremente.

En el centro del chaleco Todbok Ma'go, las mujeres llevan un adorno de plata llamado Chaktag, incrustado con turquesa y coral, con campanillas que cuelgan de su borde inferior. Hoy en día, muchas mujeres optan por el Chaktag de oro. Además, llevan en el pecho una caja Ga'u de plata, también incrustada con turquesa y coral. Estas cajas para amuletos tienen diversas formas, incluyendo cuadradas y redondas, y varían en tamaño.



Históricamente, las mujeres usaban pulseras de plata o marfil en las muñecas, pero las pulseras planas de oro se han convertido en la tendencia actual. Los anillos de oro y plata se usan en los dedos.

En el lado derecho de la cintura cuelga un adorno redondo de plata con incrustaciones de turquesa y coral, del que cuelga una cadena de plata que lo une a una bolsa y a un Trilbu Kabsub. En el lado izquierdo se exhibe un Lozung de plata adornado con una base de tela de lana roja e incrustaciones de turquesa y coral.





## Vestimenta diaria

La vestimenta femenina cotidiana se caracteriza por la sencillez y la escasez de accesorios. Existen dos peinados tradicionales, uno que consiste en dos trenzas cruzadas y enrolladas en la nuca, mientras que el otro se compone de dos trenzas de cinco mechones con borlas de seda en los extremos, que caen por la espalda. Sin embargo, hoy en día, la mayoría de las jóvenes prefieren recogerse el cabello en la parte posterior y sujetarlo con horquillas.



Vestimenta femenina de Gyaltang 153

Los tocados constan de dos elementos. El primero es un sombrero sin ala llamado *Nakeb*, confeccionado en satén rojo o rosa bordado con motivos florales y de hojas, y forrado con tela azul. Los bordes están rematados con terciopelo dorado y ribeteados con piel de conejo, con dos puntas que cuelgan sobre cada oreja al usarlo.



El segundo tocado es un adorno llamado *Letgor*, que consiste en un manojo de lana de color rojo púrpura envuelto en una funda de tela del mismo color, con forma de anillo circular, que se coloca sobre la cabeza. Se lleva de forma similar al sombrero de terciopelo dorado. Históricamente, no existía la funda de tela rojo púrpura y en su lugar se envolvían directamente alrededor de la cabeza manojos de hilo de lana roja y negra, ligeramente más finos que el *Letgor* actual.





Una camisa blanca sirve como capa base debajo de la túnica conocida como Rego. La túnica está confeccionada con tela negra o azul, con ribetes azules en los puños, y se asemeja al estilo de la vestimenta Mopan. Alrededor de la cintura, se ata un fajín Nangching hecho de tela blanca bordada, con materiales similares. Sobre la túnica, se usa un chaleco Todbok Ma'go rosa, y un fajín de satén se sujeta alrededor de la cintura, con el nudo colocado a la izquierda, derecha, al frente o atrás, según se prefiera. Sobre la espalda se coloca un chal llamado Shaeten, tejido con lana o plumón de yak, con franjas arcoíris de tela de lana en varios colores y anchos cosidas a ambos lados, con borlas que cuelgan del borde inferior. El chal está disponible en estilos estampados y lisos. Es costumbre que todas las mujeres del vecindario usen este chal durante una procesión fúnebre si ocurre una muerte en el hogar como señal de luto.

En la parte delantera de la cintura, se ata un delantal de tela blanca conocido como Ngundri o Pangkeb. El delantal tiene pliegues verticales en toda su extensión, con ribetes azules en los bordes superior e inferior, y se sujeta con cintas de tela.



## Vestimenta de mujeres mayores

Las mujeres mayores, generalmente de unos sesenta años, suelen dividir su cabello en dos secciones y trenzar cada una en una trenza de tres mechones. Se colocan extensiones Pandro, hechas de cabello sintético o lana, en los extremos de las trenzas, que luego se atan para que caigan de forma natural por la espalda.

Para ocasiones ceremoniales, se envuelven la cabeza con un turbante de color rojo púrpura o rosa llamado Kure. También pueden usar sucesivamente un Shwanag, un sombrero de terciopelo dorado y un sombrero Tsering Kyinkeb. En ocasiones, el turbante Kure también se coloca sobre el Tsering Kyinkeb.

Su vestimenta suele presentar colores sobrios, mientras que los estilos y materiales son similares a los de las mujeres más jóvenes, incluyendo camisas de estilo tibetano en tela o pongee, chalecos de Truk o brocado, y túnicas Rego confeccionadas con tela lisa. Sobre la espalda, llevan un chal grueso y largo llamado Zanla, que consta de una capa exterior de brocado, tela de lana o Truk, y está forrado con piel de oveja de pelo largo.

Hoy en día, la forma más elegante de llevar el sombrero Tsering Kyinkeb es sobre un turbante, o bien envolviendo el turbante Kure alrededor de un turbante y un sombrero Nakeb. Algunas ancianas optan por no usar la túnica Rego, prefiriendo ropa común combinada con un delantal azul oscuro y sin accesorios adicionales.

Durante las reuniones y festivales, la mayoría de las mujeres aún visten sus mejores trajes tradicionales, esforzándose por preservar las costumbres locales en cuanto a vestimenta. Este firme compromiso con la tradición refleja su profundo respeto y reverencia hacia su herencia cultural ancestral.

09

གཏེར་མ་འོང་གི་སྒྲིམ་མའི་གོས་རྒྱན།

VESTIMENTA  
FEMENINA DE  
TERMARONG







- Vestimenta femenina de Termarong 159



Termarong es un municipio situado al norte de la ciudad de Gyaltang, a unos 200 kilómetros. Anteriormente administrado por Batang, ahora forma parte de Gyaltang. El nombre tibetano Ter-marong se traduce como “desfiladero mineral”, en referencia a los ricos yacimientos minerales de la zona, ubicados en sus escarpados valles. Con una altitud media de unos 2500 metros y un clima monzónico templado, la población local se dedica a la agricultura mixta y la ganadería.

Un conjunto femenino completo incluye sombreros, camisa interior Hatug, túnica Yog'ko, delantal Pangkeb, fajín Gyatra, capa de hombros Kultruze y botas, junto con pendientes, collar Bargag, amuleto Ga'u, fajín Chabching y adorno colgante Chabmo Chaktag.





## Peinados y tocados

Tradicionalmente, las mujeres se cortaban el cabello para crear un flequillo a la altura de las cejas, mientras que el resto se dividía en secciones delantera y trasera. La sección trasera se trenzaba horizontalmente en finas trenzas de tres cabos que se asemejaban a una hoja de loto, sumando un total de 108 trenzas. Las mujeres con cabello fino a menudo añadían hilos de seda de colores para aumentar el volumen y la densidad. Un collar de anillos de ámbar, turquesa y marfil adornaba la frente, mientras que en las sienes se colocaba el Torzok de adornos de coral o el Melong, un disco redondo de plata calada. Se colocaban bolas de turquesa o Dzi en las trenzas a cada lado de la cabeza, y más abajo, en las trenzas traseras, se lucían flores de coral y plata, con hilos de turquesa o un par de adornos de plata en los extremos.

Con la evolución de los peinados, también lo hicieron los adornos para el cabello. Hoy en día, el estilo es mucho más sencillo. En eventos formales como bodas, las mujeres se peinan con la raya en medio y se hacen dos trenzas de tres mechones que caen por la espalda. En el día a día, la mayoría de las mujeres optan por no trenzarse y, en su lugar, se recogen el cabello con una pinza.



## Sombrero

En Termarong, los sombreros incluyen sombreros de estilo occidental, sombreros de piel de zorro y el Tsering Kyinkeb. Actualmente, el Tsering Kyinkeb es la opción preferida para festivales y ocasiones especiales. Las versiones para hombre y mujer difieren en diseño: el sombrero de hombre tiene una copa más alta y orejeras más grandes, mientras que el de mujer tiene una copa más baja y orejeras más pequeñas. La costumbre local dicta que el sombrero es la prenda más significativa a nivel personal y, por lo tanto, nunca se intercambia ni se presta.

## Camisa interior

La Hatug es una camisa blanca confeccionada en tela de algodón lisa, diseñada con cuello y corte de estilo occidental.

## Túnica Yugo

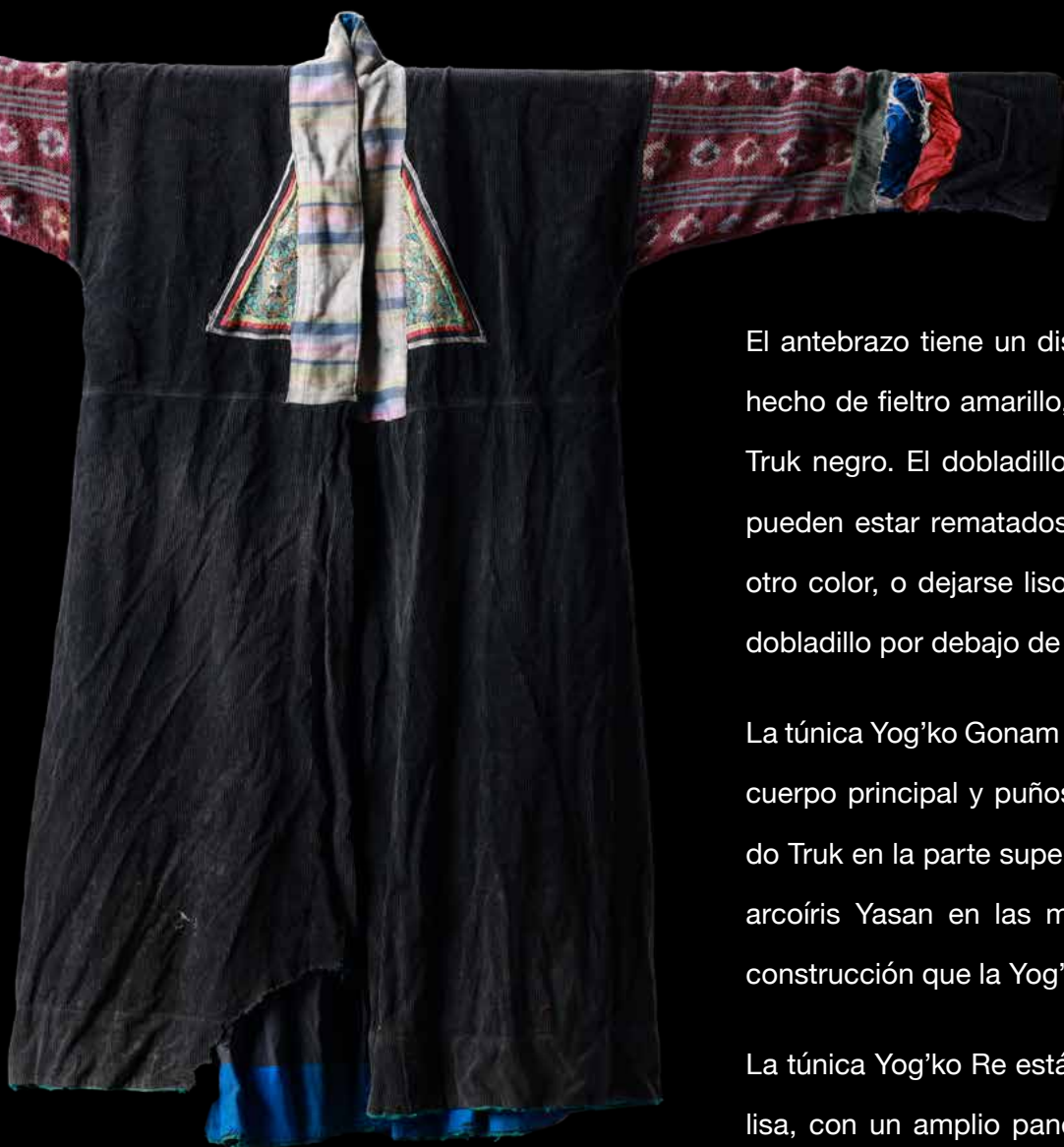
Tradicionalmente, la vestimenta cotidiana consistía en lana tejida localmente. Sin embargo, para bodas y ocasiones formales, las mujeres usaban el Yog'ko, una túnica hecha de Truk fino o tela de lana. Existen tres tipos de Yog'ko: Yog'ko de Truk, Yog'ko Gonam y Yog'ko Re.

El Yog'ko de Truk, el más prestigioso de los tres, presenta una parte superior de Truk con estampado azul y una parte inferior de Truk con estampado de cruz negra. El dobladillo trasero está adornado con pliegues, que han aumentado de aproximadamente catorce a dieciséis o dieciocho, siempre en número par. El escote está rematado con un ribete Gyalo de Truk de aproximadamente cuatro a cinco dedos de ancho. Un ribete de tela azul bordea la solapa interior izquierda hasta el dobladillo derecho, así como el dobladillo interior, mientras que el forro de la espalda también es azul.

A cada lado del pecho se aplica un Changdan, pieza central triangular de brocado bordeada con cinco o más capas de tiras estrechas de tela en varios colores y pana, que simbolizan los cinco elementos o las cuatro actividades de pacificar, enriquecer, magnetizar y someter.







El antebrazo tiene un diseño de rayas arcoíris Yasan, hecho de fieltro amarillo, rojo y verde, con el puño de Truk negro. El dobladillo y los bordes de las solapas pueden estar rematados con un borde de hilo azul u otro color, o dejarse lisos. Esta túnica se lleva con el dobladillo por debajo de la rodilla.

La túnica Yog'ko Gonam es una túnica de fieltro con un cuerpo principal y puños de fieltro azul, un estampado Truk en la parte superior de los brazos y una franja arcoíris Yasan en las muñecas, siguiendo la misma construcción que la Yog'ko de Truk.

La túnica Yog'ko Re está confeccionada en tela negra lisa, con un amplio panel de fieltro rojo cosido en la parte superior del brazo, un ribete de Truk de aproximadamente cuatro dedos de ancho en el escote y el mismo pliegue, franja arcoíris y Changdan que la Yog'ko de Truk. Esta túnica se suele usar en verano o durante trabajos físicos.

Las tres túnicas se abrochan de izquierda a derecha, un método conocido localmente como Yonching. Al ponerse la túnica, la cintura se ajusta con la correa del delantal en lugar del fajín.

## Delantal

El Pangkeb formal presenta un forro de Truk con rayas de imitación de arcoíris y cintas de tela amarilla. Su parte inferior está cubierta por dos paneles rectangulares de brocado unidos horizontalmente, azul arriba y amarillo abajo, ribeteados con una tira de brocado de aproximadamente dos dedos de ancho a lo largo de la unión y los bordes superior e inferior. En cada esquina inferior del delantal, hay un Songa'le, una pieza triangular de brocado bordeada con aproximadamente seis capas de ribete de brocado de diferentes colores. Desde la esquina superior de cada Songa'le, dos tiras de ribete se extienden diagonalmente hacia adentro, uniéndose en el centro de la tira del borde horizontal, formando un patrón que recuerda a dos palmas juntas en oración.





## Fajín Gyatra

El Gyatra es una fajín plano tejido que consta de dos secciones de diferente ancho y color. La sección más ancha, de aproximadamente un palmo, está tejida horizontalmente con hilos de lana azul, negro, amarillo y rosa en franjas arcoíris, con finos hilos de diferentes colores retorcidos en borlas más largas con un pequeño fleco secundario en los extremos. La sección más estrecha está tejida en lana carmesí intenso, también con borlas en ambos lados. Para atar el fajín, el extremo estrecho se coloca primero en la cintura izquierda y luego se enrolla en el sentido de las agujas del reloj, mientras que el otro extremo se mete hacia adentro, dejando que los bordes de los flecos cuelguen naturalmente.





## Chal

El Kultruze es una capa de uso diario confeccionada con pelo y plumón de yak tejido. Durante el proceso de tejido, el cuello se frunce, creando pliegues naturales y uniformes. El escote está rematado con terciopelo rojo, mientras que una franja arcoíris de hilo de seda blanco, amarillo, rojo y verde recorre el borde de la capa desde el cuello hasta la cintura. Una banda de lana multicolor, de aproximadamente cuatro dedos de ancho, adorna el dobladillo inferior, con el material sobrante formando pequeños flecos a ambos lados y en la parte central de la espalda; el dobladillo también está flecado. Esta capa sirve para protegerse de la lluvia al adentrarse en las montañas y proporciona soporte para la espalda durante el trabajo, por lo que es adecuada tanto para hombres como para mujeres.

## Zapatos

Históricamente, se usaban varios tipos de botas tibetanas. Las Lam de Truk están diseñadas con la punta levantada, una suela de cuero cosida con hilo de pelo de yak, un talón y una puntera de cuero rojo, una caña de lana Truk y una puntera adornada con una franja de hilo de seda con efecto arcoíris de aproximadamente dos dedos de ancho, complementadas con un estampado de Truk en la parte superior.



El modelo Serja Kangmar cuenta con una suela de cuero multicapa cosida con hilo de cáñamo y ocho o nueve tachuelas en el talón. Incluye una caña de Truk roja, una parte superior de terciopelo azul, rojo o verde, y cuero rojo en el talón y la puntera.

Otros tipos de calzado incluían botas de pelo de yak, botas de cuero granulado y sandalias de esparto. Hoy en día, lo más común es comprar zapatos de cuero.

Todas las botas se combinaban con el Lam Drog, una colorida banda tejida de unos cuatro dedos de ancho que se envolvía alrededor de la parte exterior de la bota. El Lam Drog era un símbolo muy valioso que se intercambiaba entre jóvenes durante el cortejo. Antiguamente, también se usaban vendas para las piernas hechas de tela plana tejida de unos seis dedos de ancho, que se envolvían desde el tobillo hasta la rodilla y se sujetaban con estrechas bandas trenzadas con hilos de lana multicolores. Se decía que estas vendas mantenían las piernas calientes y protegidas durante el trabajo físico. Sin embargo, hoy en día, esta costumbre prácticamente ha desaparecido y rara vez se ve.



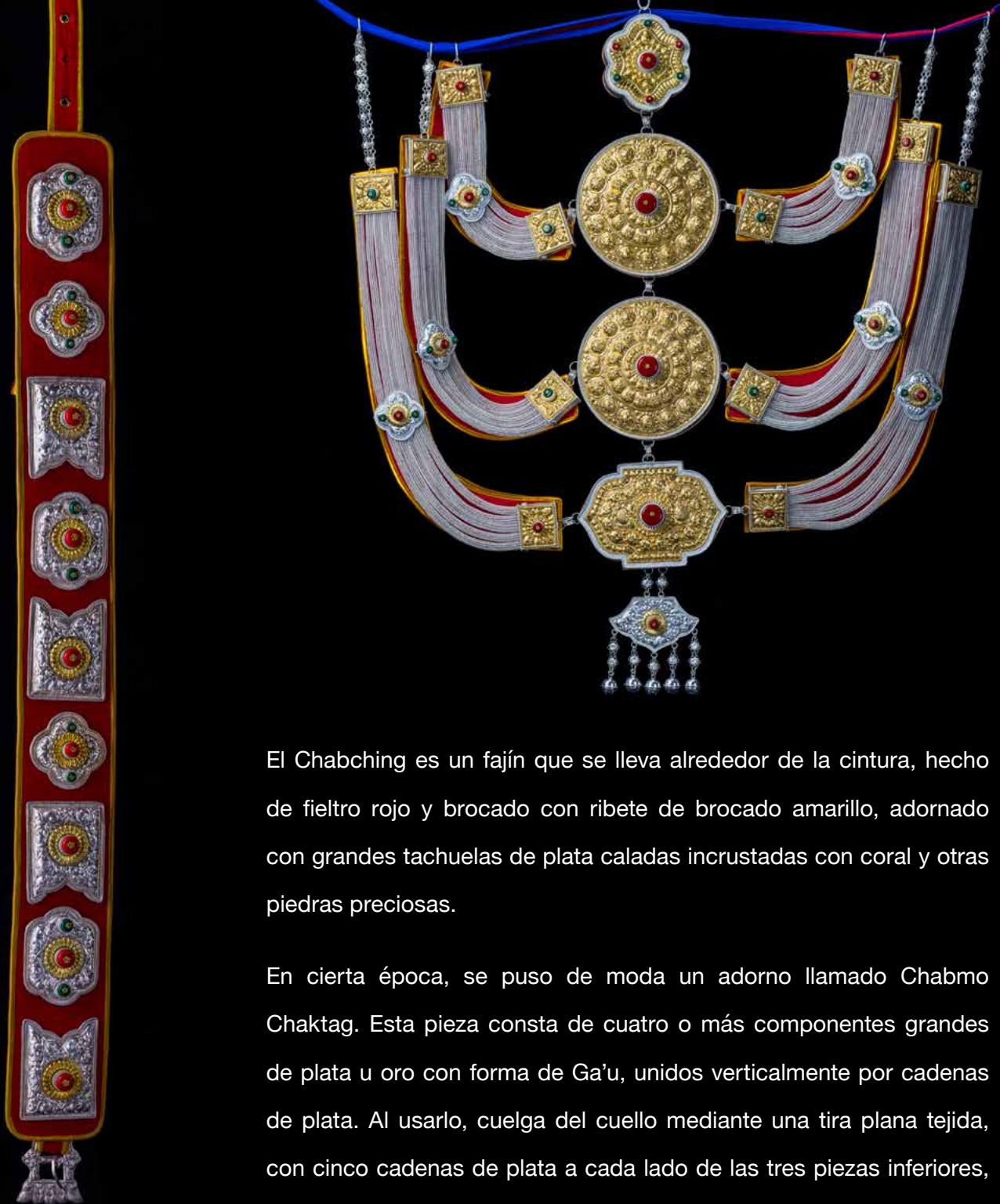
## Accesorios

El pendiente tradicional, conocido como Nawu, es una pieza grande de plata con forma de grano de cebada, a menudo engastada con turquesa y coral. Hoy en día, este estilo es poco común, salvo entre algunas mujeres mayores, ya que las jóvenes suelen llevar pequeños pendientes de aro de oro.

Las mujeres llevan el Bargag alrededor del cuello, que consiste en un collar de hilo hecho de turquesa, coral, bolas de plata caladas y ámbar, a menudo combinado con un Ga'u redondo de plata que incorpora una pieza de turquesa o coral en su centro. Sus muñecas están adornadas con La'nyog, pulseras de marfil o plata.







El Chabching es un fajín que se lleva alrededor de la cintura, hecho de fieltro rojo y brocado con ribete de brocado amarillo, adornado con grandes tachuelas de plata caladas incrustadas con coral y otras piedras preciosas.

En cierta época, se puso de moda un adorno llamado Chabmo Chaktag. Esta pieza consta de cuatro o más componentes grandes de plata u oro con forma de Ga'u, unidos verticalmente por cadenas de plata. Al usarlo, cuelga del cuello mediante una tira plana tejida, con cinco cadenas de plata a cada lado de las tres piezas inferiores, sujetas al cinturón a la altura de las caderas, lo que permite que el adorno cuelgue recto hacia adelante. Inicialmente reservado para bodas y ocasiones formales, el Chabmo Chaktag completo ahora rara vez se usa incluso en reuniones formales. En su lugar, se utilizan con mayor frecuencia adornos de plata más pequeños con una bolsita y un estuche para agujas.



Los habitantes de Termarong fueron expertos en hilar cáñamo y teñirlo con ruibarbo, artesanías tradicionales que hoy en día se practican poco. El entorno natural, las costumbres y el estilo de vida únicos de cada valle han propiciado combinaciones distintivas de telas, cortes y ornamentos. Entrelazadas con las costumbres matrimoniales, la arquitectura, la música y la danza, las tradiciones de vestimenta de Termarong conforman un rico patrimonio cultural popular; cada prenda es un testimonio del ingenio y la sensibilidad estética de quienes les precedieron.



# 10

ལྷིག་ལུང་བུད་མེད་ཀྱི་གོས་རྒྱ།

VESTIMENTA  
FEMENINA DE  
NYIGZUR







- |                                     |                      |                                |                                           |                        |
|-------------------------------------|----------------------|--------------------------------|-------------------------------------------|------------------------|
| 1 ར་ཅིད་ལྷ་མོ།<br>Razid Shwamo      | 2 རྩ་ཉོབ།<br>Nahob   | 3 འཕལ།<br>Shal                 | 4 གཤུ།<br>Ga'u                            | 5 སྟོད་འཛོག།<br>Todbok |
| 6 ཨ་ལོང་སྟེ་ལུང་།<br>Along Kelung   | 7 འན་པེ།<br>Shanpe   | 8 ཐགས་གཡོགས་གོས།<br>Tak Yog'ko | 9 འུང་ཐག།<br>Dungtag                      | 10 བ་ཏྲ།<br>Patra      |
| 11 ཁབ་ཤུབས།<br>Estuche de<br>agujas | 12 འབའ་ཁུག།<br>Bolso | 13 རས་སྦྲུམ།<br>Pantalones     | 14 བྱ་ར་ཤར་དམར།<br>Botas Shara<br>Kangmar |                        |



Nyigzur es una aldea situada aproximadamente a 75 kilómetros al noreste de la ciudad de Gyaltang, a una altitud media de unos 2700 metros. La región goza de un clima monzónico templado de montaña y es rica en recursos naturales. Sus habitantes llevan un estilo de vida semiagrícola y semipastoril.

El origen del nombre Nyigzur admite diferentes teorías. Una versión sugiere que el terreno es tan escarpado como el rabillo del ojo, otra lo compara con un rincón soleado, mientras que una tercera propone que el paisaje se asemeja al casco de un caballo. Hoy en día, Nyigzur es el nombre más común.

Un conjunto femenino completo incluye el adorno de corona Letgor, sombrero de piel de nutria, sombrero de flor de oro Tsering Kyinkeb, sombrero de pelo de cabra Razid Shwamo, camisa interior Todtung, túnica Tak Yog'ko, túnica nupcial Zhagyo, chaleco Todbok, fajín Karag, tres chales, pantalones Renam y botas. Los accesorios incluyen pendientes Nahob, amuleto Ga'u, collar Shal, broche para el cuello Pebo, adorno de hombro Along Kelung, fajín de concha Dungtag, estuche para agujas Kabsub y adorno colgante Patra.





## Cabello

Tradicionalmente, las mujeres se trenzaban el cabello en dos trenzas de tres mechones, que podían llevar a la espalda o recogidas en espiral sobre la cabeza. Hoy en día, este peinado rara vez se ve, salvo en novias o mujeres mayores. La mayoría se trenza el cabello en una sola trenza de tres mechones o lo deja suelto.



## Sombrero

El Letgor, un sombrero de piel de nutria, el Tsering Kyinkeb de flores doradas y el Nakeb con orejeras que usan las mujeres Nyigzur son similares a los que usan las mujeres de la región de Gyaltang. Si bien el sombrero de piel de nutria ahora es poco común, destaca el distintivo sombrero local de pelo de cabra Razid Shwamo. Este sombrero está hecho a mano con pelo de cabra local utilizando técnicas tradicionales. Su copa, conocida como Hropor o Shwapor, se asemeja a un sombrero redondo de estilo occidental. El ala es ancha y está adornada con largos flecos de pelo de cabra a lo largo del borde, mientras que la correa de la barbilla está hecha de hilo de lana roja. En la parte superior, se cose una pieza redonda de fieltro o tela roja en forma de ojo, que simboliza el sol y se cree que protege de los rayos a quien lo usa. Cuando se usa bajo la lluvia, el fieltro se tensa, lo que mejora sus propiedades impermeables. Históricamente, este sombrero se solía usar durante las actividades agrícolas y ganaderas. Hoy en día, el fleco del ala se ha alargado, y una franja arcoíris hecha de hilos blancos, amarillos, rojos, verdes y de otros colores adorna la unión del ala y la copa, y la usan principalmente las mujeres jóvenes en ocasiones formales.

## Túnica de Tak Yog'ko

El Todtung es una camisa blanca de algodón de corte occidental que se lleva debajo de la túnica Tak Yog'ko. La túnica consta de una mitad superior con estampado azul hecha de Truk y una mitad inferior lisa de Truk negro. Tiene un diseño de cierre a la izquierda, con el escote ribeteado con estrechas tiras de pana roja. Parches triangulares de brocado están cosidos a ambos lados desde el pecho hasta la solapa, y los puños están ribeteados con una ancha banda de tela azul. El panel trasero de la túnica tiene aproximadamente dieciséis pliegues Duedro. Patrones de arcoíris hechos de tela tejida de colores recorren verticalmente la solapa exterior desde la cintura hasta la rodilla y desde la rodilla hasta el borde interior de la solapa como decoración. El borde superior de la solapa y el dobladillo inferior están rematados con un ribete de hilo de lana rojo, y cada lado del dobladillo tiene una abertura. Los estilos más sencillos de la túnica pueden tener un escote liso sin borde.



## Túnica nupcial

La túnica nupcial Nyigzur se reserva exclusivamente para bodas y no se usa en la vida cotidiana. Se guarda en cofres, de ahí su nombre Zhagyo, que se traduce como “la prenda guardada”. La túnica está confeccionada en fieltro o Truk y presenta colores en contraste en la parte superior e inferior. Algunas túnicas tienen una tira decorativa en el borde interior cosida a lo largo del dobladillo y la solapa interior, mientras que otras no. Los elementos de diseño, incluidos los pliegues en el panel trasero y las rayas arcoíris, imitan los del Tak Yog’ko de uso diario. Se lleva con un cierre de derecha a izquierda y se sujeta con un fajín plano conocido como Nangching. La cultura local prefiere la ropa verde, ya que este color simboliza al Tara Verde.

El chaleco Todbok, que se lleva sobre la túnica, refleja el estilo de la región de Gyaltang y se sujeta con un fajín plano llamado Gyabching. Este fajín está tejido con hilo de lana multicolor y adornado con borlas en ambos extremos.

Para guardar estas túnicas, se les da la vuelta, con los pliegues cuidadosamente dispuestos y sujetos en ambos extremos con unas pocas puntadas. Luego, la túnica se enrolla formando un cilindro largo y se ata con cintas de tela antes de colocarla en el cofre.





## Chal

Las mujeres de Nyigzur usan tres tipos de chales exteriores: el Sanpe, el Go'ra y el Zan'la.

El Sanpe está tejido con plumón de yak sin teñir y tiene forma rectangular, con franjas arcoíris de diferentes anchos a lo largo de ambos bordes laterales, hechas de lana de colores. Franjas arcoíris más estrechas adornan los extremos superior e inferior, con flecos cortos. Al doblarlo por la mitad, forma un cuadrado. En las dos esquinas superiores del Sanpe, se cosen almohadillas de brocado o tela para atar. Estas almohadillas pueden tener diversas formas y estar bordadas con diferentes diseños. Cuando se usa en ocasiones formales con el Tak Yog'ko o túnicas similares, las cintas se colocan sobre ambos hombros y se anudan en el pecho.

El chal Go'ra es similar al Sanpe en material, método de tejido y forma de uso, pero incorpora un sombrero en la parte superior, adornado con una franja multicolor de hilo de lana a lo largo del borde. El sombrero se puede usar sobre la cabeza o para guardarlo. Si bien el Go'ra fue en su día una prenda de uso diario, en la actualidad se usa en ocasiones formales.

El chal Zan'la que usan las mujeres Nyigzur es idéntico al de las mujeres Gyaltang y, por lo general, lo usan las novias y las damas de honor junto con el Zhagyo durante las bodas.



## Pantalones

Las mujeres visten el Renam, un pantalón azul de pierna ancha confeccionado en tela de algodón lisa, para la parte inferior del cuerpo.

## Botas

Las botas Sara Kangmar se usan en los pies. Estas botas tienen una suela multicapa de tela o cuero con aproximadamente diez tachuelas, un contrafuerte de cuero negro, una caña inferior de pana roja, una caña superior de fieltro o tela azul, y paneles de cuero gris y rojo en el talón y la puntera, todo cosido con motivos de nudos auspiciosos. Para complementar las botas, se usan como cordones cintas planas tejidas con hilo de lana multicolor, conocidas como Lam Gak.



## Accesorios

Los pendientes se conocen comúnmente como Nahob. Entre ellos, destaca un tipo específico de pendiente de aro de plata adornado con turquesas, llamado Tso'na. También se suelen usar pendientes más grandes y llamativos con forma de reloj de arena de plata, turquesas y colgantes de coral, así como pendientes más pequeños de oro.

Alrededor del cuello, llevan una caja de amuleto Ga'u de plata, que exhibe prominentemente una gran pieza de coral carmesí en el centro, con piezas de coral más pequeñas en cada una de las cuatro esquinas. Además, usan un collar llamado Shal, que consiste en una serie de piedras preciosas ensartadas, incluyendo turquesa, ámbar, ágata, bolas Dzi y bolas de vidrio. Otro accesorio para el cuello es el Pebo, similar al broche Peko que usan las mujeres Gyaltang.







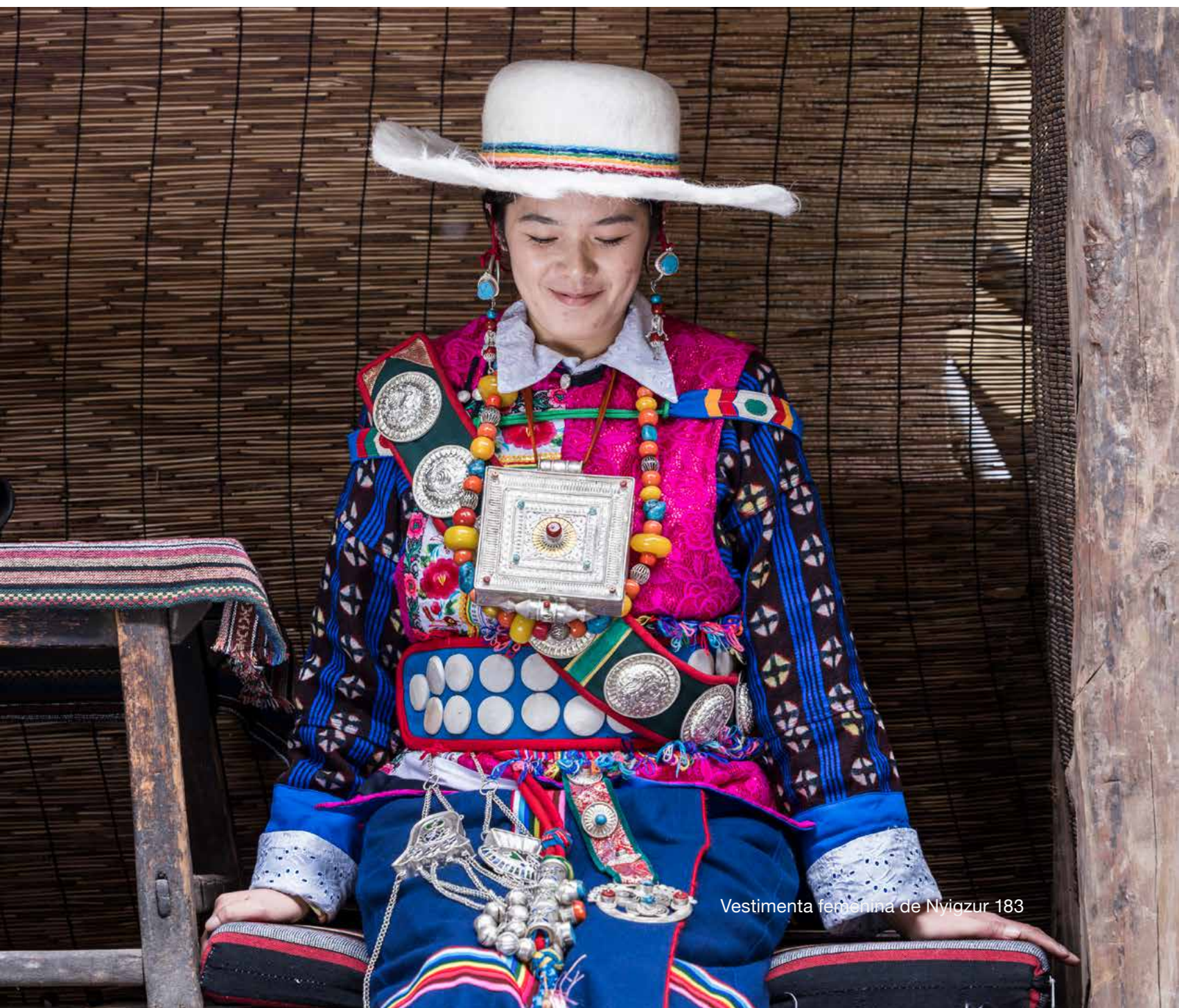
Otro accesorio local, el Along Kelung, tiene una base de fieltro azul o rojo, de aproximadamente cuatro o cinco dedos de ancho. Sus bordes superior e inferior están ribeteados con fieltro o tela multicolor, y la superficie está adornada con ocho remaches de plata, cada uno grabado con uno de los ocho símbolos auspiciosos. Este accesorio se lleva en diagonal desde el hombro izquierdo hasta la axila derecha, con cintas anudadas en la parte posterior para que los remaches de plata queden a la vista.

Para adornar la cintura, se usa una decoración de concha llamada Dungtag. Este fajín, hecho principalmente de fieltro o Truk con ribetes de tela roja, está decorado con dos o tres filas de discos gigantes de concha. La creencia local sostiene que estos discos simbolizan una mente tan pura y clara como las estrellas en el cielo nocturno. En la cadera izquierda, se puede colgar un estuche largo de plata para agujas adornado con turquesa y coral, junto con una bolsita para accesorios decorada con cadenas de plata en forma de hojas y flores, así como cascabeles en los extremos. Otro accesorio para la cintura es la Patra, una banda con reverso de brocado adornada con varias flores de plata que pueden ser lisas o adornadas con piedras preciosas, con pequeños adornos redondos de plata engastados con turquesa y coral en los extremos.



Los accesorios descritos anteriormente suelen reservarse para ocasiones formales. En la vida cotidiana, las mujeres de todas las edades visten la túnica Rego, cuyo estilo es similar al de las mujeres de la región de Gyaltang.

Durante las fiestas hípicas y otras reuniones locales, los hombres exhiben sus habilidades de costura mientras las mujeres muestran sus dotes de tejido. Los aldeanos comparan las prendas, debatiendo sobre qué costura es la más fina, qué adorno es el más preciso y qué colores son los más armoniosos. En este intercambio, se hace evidente la profunda inversión de la comunidad en la artesanía y la tradición.



Vestimenta femenina de Nyigzur 183

11

སྐད་ཚད་བུད་མེད་ཀྱི་གོས་རྒྱུ།

VESTIMENTA  
FEMENINA DE  
KADTSAG







① ཆེ་རིང་སྒྲིན་ཁབ་སྒྲིན་  
Tsering Kyinkeb

② ན་ཨོ་བ།  
Nahob

③ ཐུ་སྒྲུང་།  
Putung

④ རས་གོ་སྒྲིན་  
Túnica Rego

⑤ གཟན་སྒྲིན་  
Zan'La

⑥ གཟུ།  
Ga'u

⑦ རྫོང་སྒྲིན་  
Dzongtreng

⑧ བང་ཁབ་སྒྲིན་  
Pangkeb

Kadtsag es un municipio ubicado en la parte norte de la ciudad de Gyaltang, que históricamente ha estado bajo la jurisdicción de Batang. Situado a una altitud media de 3200 metros, la zona presenta un clima monzónico de altura. Los habitantes locales subsisten principalmente mediante una combinación de agricultura y ganadería.

La vestimenta de las mujeres Kadtsag se parece mucho a la de las Gyaltang y Nyigzur, aunque existen diferencias notables en la forma en que se usan las prendas y en los nombres que reciben.

Un conjunto completo incluye prendas como el sombrero de flores doradas Tsering Kyinkeb, el turbante Kudri, la camisa interior Rekar Todbok, la túnica Rego, el chaleco Putung, el fajín, el chal Ber, el delantal Pangkeb y las botas, complementados con accesorios como los pendientes Nahob, el collar Bargag, una caja para amuletos Ga'u, el adorno de cintura Pa'kog, el adorno colgante Dzongtreng y la bolsa y estuche para agujas Bakeg Kabsub.



Vestimenta femenina de Kadtsag 187



## Cabello

Tradicionalmente, las mujeres Kadtsag dividían su cabello en dos secciones y trenzaban cada una en una trenza de tres mechones, incorporando extensiones de hilo de seda de colores en las puntas. Estas trenzas se sujetaban al fajín de la cintura, un estilo conocido como Ked'le. Hoy en día, este peinado rara vez se usa, excepto por las novias en las bodas o por algunas mujeres mayores.

## Sombreros

En ocasiones formales, las jóvenes usan el sombrero Tsering Kyinkeb, mientras que las mujeres mayores se cubren la cabeza con el turbante Kudri. El Kudri mide aproximadamente tres metros de largo y el ancho de una mano, y está confeccionado en terciopelo de colores como rojo, negro y verde, con una tira de tela azul cosida en uno de sus bordes interiores. Para usarlo, se cubre la coronilla con un extremo y se envuelve el resto alrededor de la cabeza en el sentido de las agujas del reloj.



## Camisa interior

La parte superior del cuerpo está adornada con el Rekar Todbok, una camiseta interior confeccionada en tela blanca o similar, con un cuello de estilo occidental.

## Túnica Rego

El término Rego se refiere a las túnicas características de la región de Kadtsag. Históricamente, las mujeres de familias de clase media vestían Rego confeccionadas con lana tejida localmente, mientras que las de familias más adineradas lucían túnicas con escotes y dobladillos adornados con piel de nutria o leopardo. Además, algunos Rego se elaboran con una lana más fina llamada Truk, importada de la región de Ü-Tsang.



Una canción folclórica relacionada señala lo siguiente:

*“El cordero de la niña de Lasa nació en la llanura del Yangmo,  
La niña de Lasa crió a su cordero en la llanura del Yangmo.  
La muchacha de Lasa esquilaba lana blanca en la llanura del Yangmo.  
La muchacha de Lasa hilaba hilo blanco en la llanura del Yangmo.  
La muchacha de Lasa tejía finos Truk en la llanura del Yangmo.  
La joven de Lasa se puso su túnica de lana Truk en la llanura del Yangmo,  
una prenda que se ha extendido en las cuatro direcciones de la tierra nevada.”*

Este verso respalda la idea de que la vestimenta Truk proviene principalmente de Ü-Tsang. Hoy en día, las mujeres visten Rego tanto de Truk como de fieltro, considerándose el de Truk una vestimenta formal más elegante para ocasiones especiales como bodas. La confección y los materiales del Rego son muy similares a los del Tak Yog’ko que se encuentra en Nyigzur. Además, el chaleco Putung que se lleva sobre la túnica se asemeja al Todbok de las regiones de Gyaltang y Nyigzur. Actualmente, los adornos de piel rara vez se utilizan en la vestimenta femenina.





## Fajín

Antiguamente, un fajín de lana de color rojo púrpura, conocido como Balsa Kurag, se envolvía alrededor de la cintura sobre la túnica Rego y medía aproximadamente el ancho de una mano. Cada extremo presentaba motivos de rayas arcoíris tejidos horizontalmente con hilo de lana blanco, azul y de otros colores. Hoy en día, el fajín de lana se usa poco. En su lugar, el fajín Gyatra Kurag se ha vuelto popular. Algunas mujeres optan por la Tongsud Kurag, un fajín de seda con flecos en los extremos.

## Chal

Históricamente, las mujeres se cubrían la espalda con el Syang'schar, un chal tejido con pelo de yak. Hoy en día, para ocasiones como bodas, se prefiere el chal Zan'la, hecho de Truk o fieltro, similar al Zan'la de la región de Gyaltang.





## **Delantal**

El Pangkeb es un delantal blanco que se lleva por delante. Presenta múltiples pliegues verticales cosidos a lo largo de su extensión, ribeteado en los bordes superior e inferior con tela azul y sujeto con cintas de tela estampada. En las regiones de Gyaltang y Nyigzur, este delantal se suele usar con la ropa de diario, mientras que en Kadtsag se lleva con ropa formal.

## **Zapatos**

Históricamente, se usaban botas de cuero multicapa, botas de tela u otro calzado tradicional tibetano. Hoy en día, los zapatos de cuero producidos en masa que se venden en el mercado son la norma.



## Accesorios

Los accesorios femeninos de Kadtsag, que incluyen pendientes, collares, cajas para amuletos Ga'u, Bakeg Kabsub y adornos de cintura Pa'kog, se asemejan a los de Nyigzur. Una costumbre local permite que el collar Bargag sirva como correa para colgar la caja del amuleto Ga'u. Brazaletes de jade, marfil o plata adornan las muñecas.

Para bodas y ocasiones formales, las mujeres visten el Dzongtreng, que consiste en dos o tres cajas de oro o plata con forma de Ga'u unidas verticalmente por cadenas de plata, sujetas al fajín de la cadera con cinco cadenas de plata a cada lado, o bien atadas alrededor de la cintura con un cordón que cuelga por delante.



Antiguamente, el pueblo Kadtsag era experto en el cultivo del cáñamo y en el uso de sus fibras para tejer telas. También poseían una rica tradición en el teñido de tejidos con materiales naturales como la tierra amarilla y la raíz de ruibarbo. Sin embargo, estas artesanías tradicionales se practican hoy en día con poca frecuencia, y la gente suele comprar ropa confeccionada en los mercados.

Históricamente, debido a las dificultades en el transporte y el comercio, cada valle desarrolló su propia cultura de la moda, basada en las condiciones de vida locales y la sensibilidad estética, lo que dio lugar a tradiciones indumentarias únicas. Hoy en día, a medida que las fronteras culturales se difuminan y las influencias externas se multiplican, la vestimenta regional se asemeja cada vez más en su confección, estilo y ornamentación, lo que nos recuerda cuánto se ha perdido y cuánto aún merece la pena preservar.



12

ན་ལུ་ཡུའི་སྒྲེས་མའི་གོས་རྒྱན།

VESTIMENTA  
FEMENINA DE  
NAMUYI









① རོས་ལུས་ཀ  
Buyuga

② བ་ཀ  
Pata

③ ཉེན་ཉོ  
Hento

④ ལན་ལགག  
Langag

⑤ གི་གེ  
Drikae

⑥ རུ་ཁུག  
Bolso de  
tabaco

⑦ ཆི་སུན  
Tsipun

⑧ བར་གོས། བ་ཆིན།  
Túnica larga/  
Pa'tsin

⑨ ཁ།  
Kra

Los Namuyi son un subgrupo tibetano que reside en la meseta oriental del Tíbet, principalmente en Mianning, Muli, Xichang y Yanyuan, en la prefectura de Liangshan, y en Jiulong, en la prefectura de Garze. Estas regiones tienen una altitud media de unos 2500 metros y un clima monzónico subtropical. La población local se dedica principalmente a la agricultura y practica el pastoreo de forma moderada.

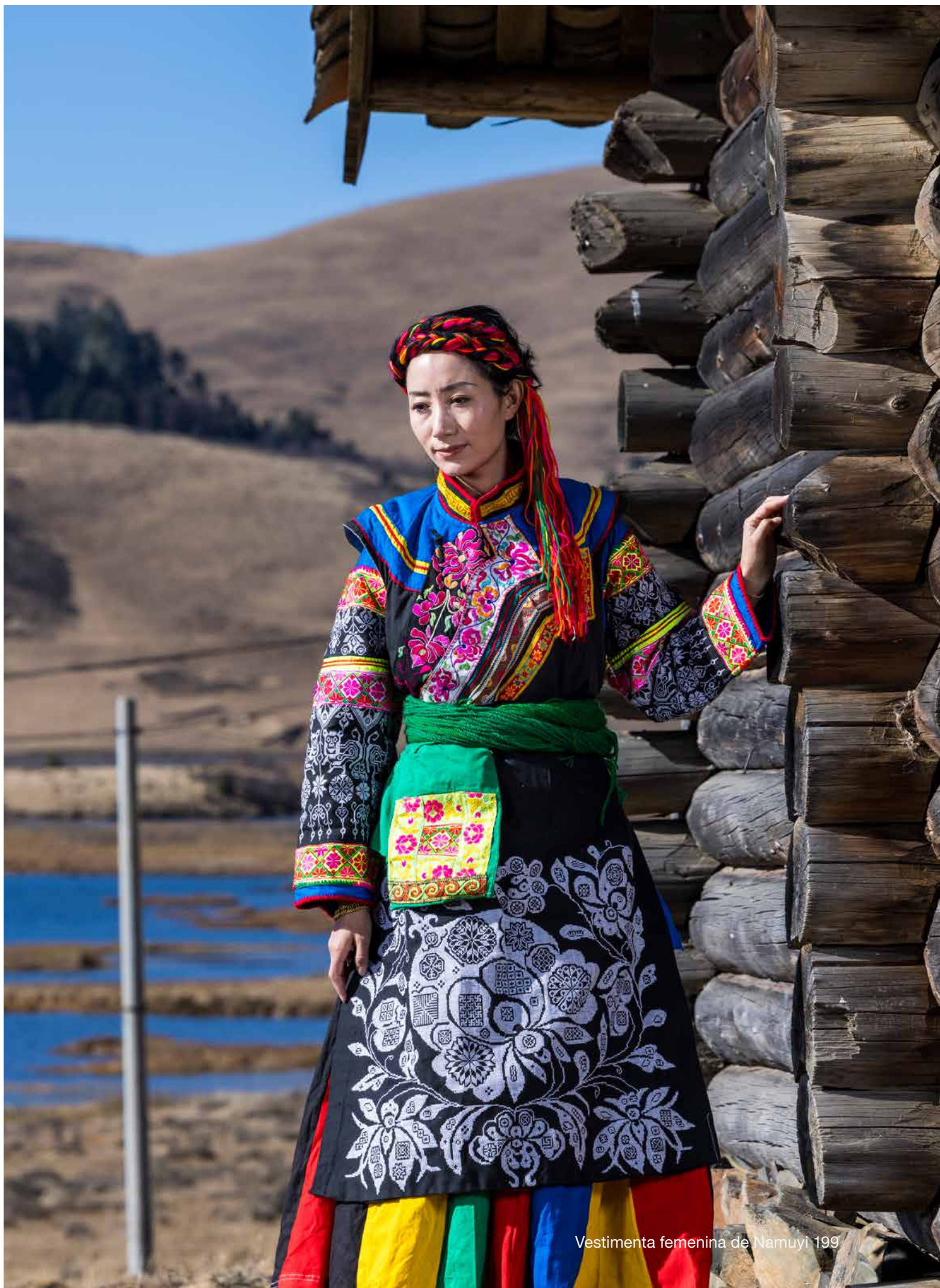
Existen diversas versiones sobre el origen de los Namuyi. La más aceptada sugiere que los Namuyi y los Pumi comparten un ancestro común. Sus antepasados se originaron cerca del monte Kailash, en la parte alta de Ngari, y posteriormente emigraron a Mianning y sus alrededores, para luego dispersarse en sus comunidades actuales a lo largo de generaciones marcadas por el cambio y el conflicto.

Un conjunto femenino completo incluye prendas como el tocado Boyuga, la túnica Pa'tsir, el chaleco Langag, el fajín Driksae, la falda plisada Kra, el delantal Tsipun y las botas, complementadas con accesorios como el adorno para la frente Pata, el pendiente Hento y las pulseras Lagdri.

## **Cabello**

Tradicionalmente, las mujeres dividían su cabello en dos secciones, trenzando cada una en una trenza de tres mechones y añadiendo extensiones de hilo de lana negro, amarillo o rojo llamadas Tsintsu o Tata en los extremos. Luego, las trenzas se enrollaban en la parte superior de la cabeza. Hoy en día, las mujeres suelen trenzar su cabello en una sola trenza de tres mechones con extensiones en los extremos.





Vestimenta femenina de Namuyi 199



## Turbante

Conocido localmente como Boyuga, el turbante para la cabeza está hecho de tela negra de aproximadamente dos palmos de ancho y tres metros de largo. Se envuelve alrededor de la cabeza de forma cruzada y superpuesta, creando una forma de zigzag en la frente. Históricamente, las mujeres usaban un turbante doble llamado Woejo, que se sujetaba enrollando una trenza alrededor de la cabeza. En verano, se usaba solo un cordón trenzado para sujetar el cabello, sin ninguna tela.

Hoy en día, se usa una versión simplificada: una tela negra se envuelve alrededor de un anillo redondo de espuma que se coloca directamente sobre la cabeza, y la trenza se enrolla horizontalmente alrededor de la parte posterior del Boyuga, con los extremos con borlas colgando a la altura de la oreja derecha o hacia abajo por la espalda. Algunos prefieren no añadir extensiones a los extremos de la trenza y, en su lugar, enrollan hilo de lana morado u otro color directamente alrededor del Boyuga, dejando que cuelgue largo a cada lado.





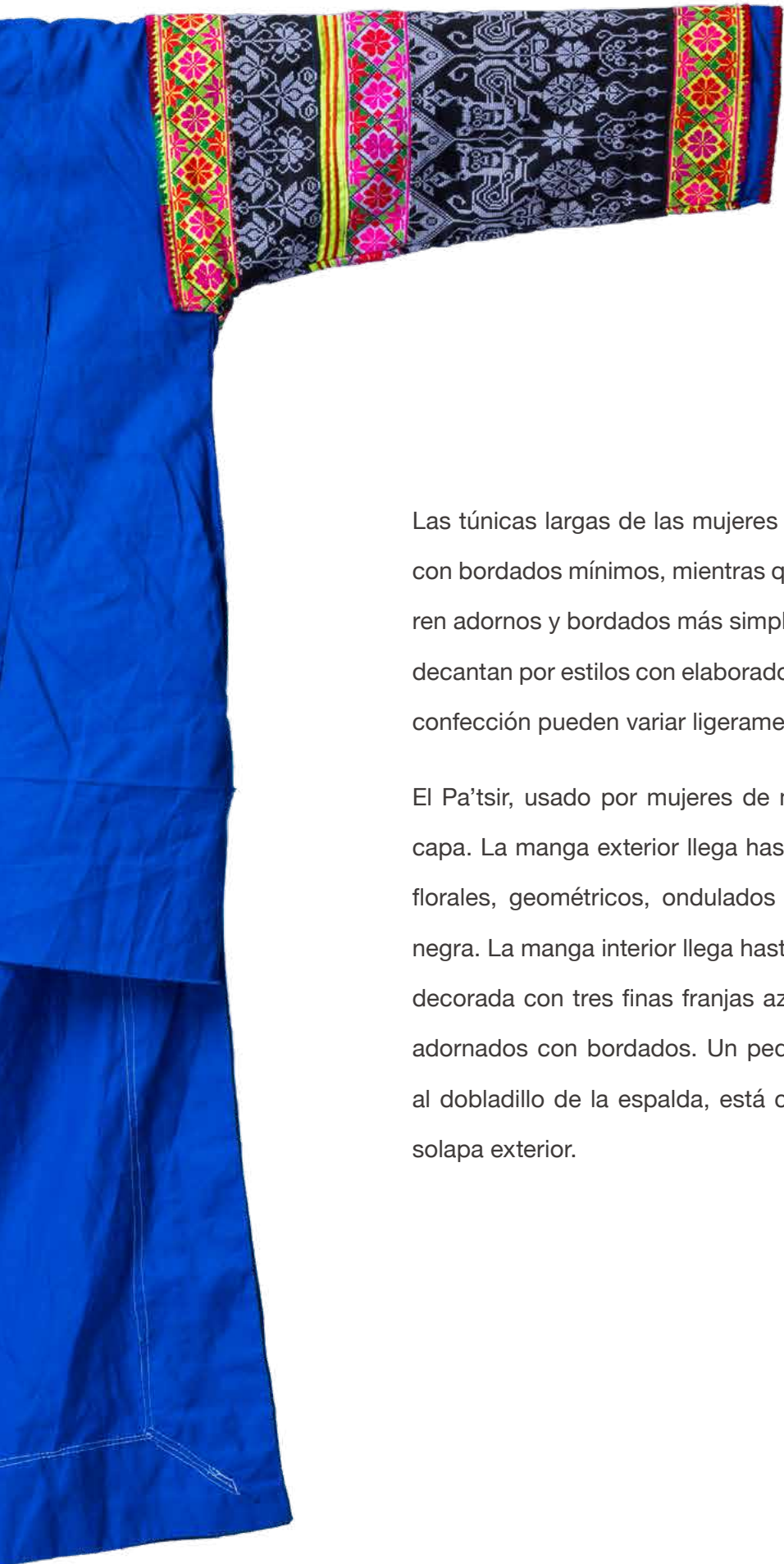
Vestimenta femenina de Namuyi 201



## Túnica larga

La túnica larga que se lleva en la parte superior del cuerpo se llama Pa'tsir. Tradicionalmente, está hecha de seda rosa o negra, con cierre frontal a la derecha, escote ribeteado con tela azul y puños bordados con diversos motivos. El borde interior de la solapa también está cosido con una tira de tela azul. En la actualidad, las mujeres pueden usar un Pa'tsir sin cuello, confeccionado en tela azul o similar. Esta versión tiene mangas forradas en azul y una capa exterior adornada con bordados florales. La abertura frontal incluye broches secuenciales en el cuello, el torso y las axilas, y aberturas a ambos lados del dobladillo. Las solapas delanteras y traseras tienen una longitud similar a la de las camisetas interiores de estilo tibetano, mientras que el panel trasero es rectangular y llega hasta la parte posterior de la rodilla. El borde inferior del dobladillo y ambos lados están ribeteados con tiras de tela de aproximadamente dos dedos de ancho en amarillo, rojo o negro. Además, el Pa'tsir puede confeccionarse en algodón, lino u otras telas.





Las túnicas largas de las mujeres mayores suelen tener un estilo sencillo con bordados mínimos, mientras que las mujeres de mediana edad prefieren adornos y bordados más simples. Las mujeres jóvenes, en cambio, se decantan por estilos con elaborados y coloridos bordados. Los detalles de confección pueden variar ligeramente según la región.

El Pa'tsir, usado por mujeres de mediana edad, tiene mangas de doble capa. La manga exterior llega hasta el codo y está bordada con motivos florales, geométricos, ondulados u otros, con un ancho borde de tela negra. La manga interior llega hasta la muñeca y está hecha de tela negra decorada con tres finas franjas azules en el antebrazo. Los puños están adornados con bordados. Un pequeño parche cuadrado de tela, similar al dobladillo de la espalda, está cosido en el centro del dobladillo de la solapa exterior.



## Chaleco con cuello

Sobre el Pa'tsir se lleva un chaleco conocido como Langag. Este chaleco tiene una tela exterior negra con un forro interior estampado y una abertura frontal diagonal con cierre a la derecha. Puede ser con o sin cuello. En la versión con cuello, adornos de plata que representan a los Ocho Inmortales se disponen en fila a lo largo del escote, con una moneda de plata cosida en cada extremo del cuello y un broche de gancho en forma de medialuna debajo, que permite abrochar el cuello. Independientemente del estilo del cuello, una ancha banda de motivos florales está bordada alrededor del borde de la solapa, extendiéndose desde el broche del cuello hasta el broche de la axila. El lado exterior está forrado con tela blanca bordada con motivos florales y tiras adicionales. El escote está bordeado por un ribete de tela azul de aproximadamente cinco dedos de ancho, decorado con una estrecha tira amarilla en el centro. A lo largo de los bordes del ribete azul, se aplican en secuencia unas cuatro filas de tiras de tela de colores, de ancho variable y bordadas o lisas. La tira bordada más externa y ancha rodea el escote y se extiende hasta el broche de la axila. Las mujeres Namuyi de Muli suelen adornar el escote del Langag con Truk Gyalo u otros materiales, mostrando una variedad de estilos de bordes y bordados.



## Fajín

Tradicionalmente, la gente usaba turbante relativamente ancha llamada Driksae, hecha de seda o materiales similares. Hoy en día, son más comunes los fajines tejidos con hilo de lana carmesí, azul y de otros colores. Estos se enrollan dos veces alrededor de la cintura, con borlas largas que cuelgan en la parte posterior. Otro estilo se teje con lana verde. Antes de usarla, ambos extremos del fajín se doblan hacia adentro, hacia el centro, dejando que los flecos caigan desde el medio. El fajín se ata enrollándola una vez alrededor de la cintura y sujetándola en el lado izquierdo, con las borlas colgando cerca de la cadera derecha. Una bolsa de tabaco, generalmente hecha de tela rosa cuadrada y bordada con patrones geométricos u otros motivos, suele colgar del fajín. Sus bordes están ribeteados con adornos negros, y el interior está forrado con tela azul, colgando del lado derecho de la cintura.





## Falda plisada

Debajo de la cintura, se lleva una falda plisada llamada Kra. Históricamente, esta falda se confeccionaba con tela de cáñamo lisa o similar. Hoy en día, suele elaborarse con varias tiras verticales de tela de colores —azul, amarillo, negro, verde, entre otros— fruncidas formando pliegues. El borde superior lleva un lazo de tela para ajustarla a la cintura.



## Delantal

Antiguamente, las mujeres usaban un delantal llamado Tsipun, generalmente de tela negra con ribetes azules, que les llegaba hasta los tobillos. Hoy en día, el Tsipun sigue siendo de tela negra, pero con un gran bordado floral en el centro, rodeado de intrincados diseños de flores, ramas, hojas, mariposas y otros motivos. El borde superior está adornado con cintas para sujetarlo, y el delantal en sí es más ancho, con un dobladillo que llega hasta la rodilla. Además, existen versiones coloridas de lana multicolor, así como delantales de tela a rayas arcoíris, tela azul, tela negra y otros materiales, todos ellos adornados con diferentes diseños bordados.

Entre los Namuyi, el negro se considera un color de respeto, lo que ha llevado al uso generalizado de prendas negras y al establecimiento de una tradición estética que ve el negro como un símbolo de belleza.

## Zapatos

Históricamente, se usaban sobre todo sandalias de rafia, zapatos de tela o de terciopelo. Hoy en día, son más comunes los zapatos de cuero o los zapatos de tela bordados que se compran en el mercado.

## Accesorios

Las mujeres adornan la línea del cabello con el Pata, un trozo de tela roja embellecido con diez pequeños remaches de plata.

También usan pendientes Hento, que son aros redondos de plata con un colgante de disco de plata de cuatro agujeros que se asemeja a una moneda. Otro tipo de pendiente de plata tiene un gancho curvado hacia arriba, engastado con un adorno floral incrustado con pequeñas bolas de coral, y un colgante de plata en forma de hoja que cuelga debajo.

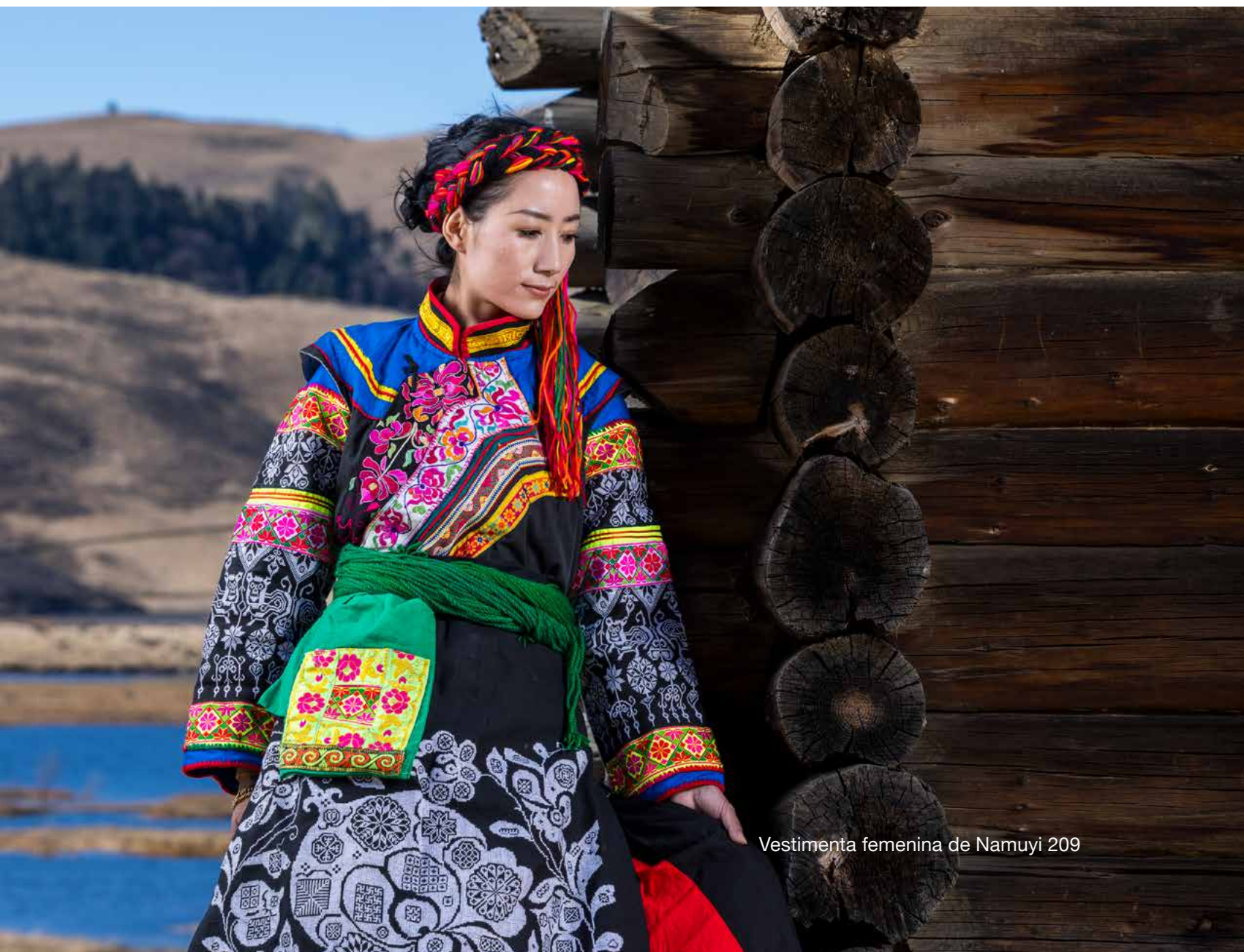




En sus muñecas, las mujeres lucen brazaletes de plata o marfil, junto con dos o tres anillos de plata en forma de silla de montar en los dedos. Algunos anillos están adornados con coral o turquesa, mientras que otros son minimalistas y sin piedras.

El rasgo más distintivo de la vestimenta Namuyi es su exquisito bordado. Los escotes, los puños y los delantales están ricamente decorados con intrincados motivos de flores, paisajes, patrones geométricos y mucho más. Este estilo también lo usan tradicionalmente la comunidad tibetana He'ai del condado de Mianning y la vecina comunidad tibetana Liru.

A pesar de la dispersión geográfica de las comunidades Namuyi, sus costumbres de vestimenta tradicional se han mantenido prácticamente intactas en todos los asentamientos, mostrando un sorprendente grado de uniformidad.



13

ཕྱིད་སྐལ་གོས་རྒྱ།

VESTIMENTA  
DE GYEDSEL







1 ཁོང་བསྐྱེད།  
Kongsring

2 སྒྱེད་གྱི།  
Kedri

3 དགྱི་བྲ།  
Drisya

4 བཀའ་སྐྱེ།  
Pagka



① རྩལ་ལེན།  
Ngulen

② ཁོང་བསྐང།  
Kongsring

③ རྩལ་རས།  
Chyang're

④ མེས་གཟན།  
Mezan

⑤ བགས་ཀ།  
Pagka



Gyedsel es una remota aldea tibetana ubicada en el sureste del condado autónomo tibetano de Muli, a unos 240 kilómetros de la capital del condado, a una altitud media de unos 3000 metros, caracterizada por un clima monzónico de alta montaña. Debido a su aislamiento geográfico, el contacto con el mundo exterior ha sido limitado. La población local depende de la autosuficiencia para la mayoría de los cereales y otros productos básicos, y la ropa se teje y cose principalmente a mano, lo que fomenta un estilo de vida único. La comunidad continúa manteniendo sus creencias religiosas tradicionales.





## Vestimenta masculina

La indumentaria masculina incluye el sombrero Togtog, la túnica Kongsring, el chaleco Gagtod y las botas Pagka, junto con accesorios como pendientes Legkur, el cuchillo Kedri, la bolsa Kedkug y la pipa Yelele.

Históricamente, los hombres llevaban el pelo largo, trenzándolo en gruesas trenzas recogidas en la nuca y adornadas con anillos de marfil y otros ornamentos, un estilo conocido como Nagril. Hoy en día, los hombres suelen llevar el pelo largo recogido en la nuca sin trenzarlo.

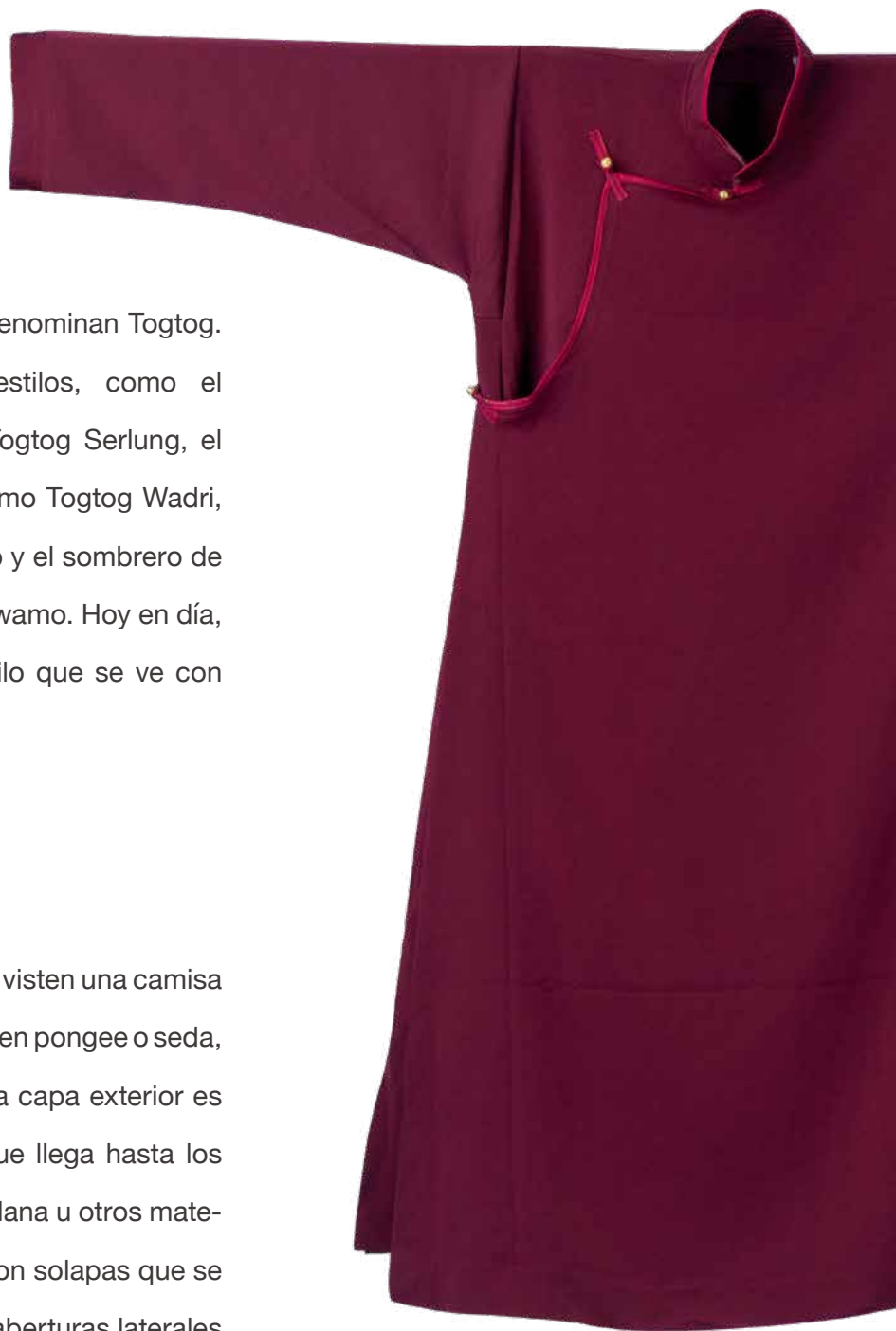


## Sombrero

En el dialecto local, los sombreros se denominan Togtog. Antiguamente se usaban diversos estilos, como el sombrero de flores doradas llamado Togtog Serlung, el sombrero de piel de zorro conocido como Togtog Wadri, el sombrero occidental llamado Mogkab y el sombrero de pelo de cabra conocido como Razid Shwamo. Hoy en día, el sombrero occidental es el único estilo que se ve con frecuencia.

## Túnica

Debajo de la túnica exterior, los hombres visten una camisa interior de estilo tibetano, confeccionada en pongee o seda, con un escote ribeteado de brocado. La capa exterior es el Kongsring, una túnica larga negra que llega hasta los tobillos, hecha de tela de cáñamo, Truk, lana u otros materiales. Tiene mangas cortas, un cuello con solapas que se abrochan de izquierda a derecha y dos aberturas laterales de aproximadamente un palmo de largo. La túnica se cierra con broches en el cuello, las axilas y uno en el medio, y no tiene adornos ni bordes decorativos. Históricamente, solo los monjes, los líderes locales y los ancianos respetados vestían la versión con cuello, mientras que la gente común vestía la versión sin cuello. Esta distinción se ha desvanecido y la versión con cuello ahora es la más usada, generalmente en tela de color rojo púrpura.



Según la tradición oral, un emperador tibetano llamado Tsenpo visitó la región y se reunió con los jefes locales. En agradecimiento por sus contribuciones a la expansión del imperio, los elogió y regaló una túnica real, declarando: «Sois la esencia misma de vuestro pueblo; de ahora en adelante, vestiréis esta indumentaria, conocida como Kongso». Esto llevó al pueblo a adoptar este diseño para sus vestimentas, que con el tiempo evolucionó a Kongsring o Kongrang, ambos símbolos de longevidad.

Para el uso diario, los hombres visten una túnica similar a las prendas tradicionales tibetanas, confeccionada con pelo de yak o lana tejida localmente, o con seda y satén, generalmente adornada con un tejido estampado en el escote, los puños y el dobladillo. Las túnicas hechas de lana blanca teñida de rojo se llaman Chuba Gyatso, mientras que las hechas de fieltro o seda compradas comercialmente se conocen como Chuba Syangma.

El cinturón, conocido localmente como Drisya, está disponible en dos versiones: una tejida con lana local y otra trenzada con hilo de lana de colores comprado en tiendas. Esta última se prefiere para ocasiones formales, ya que lleva borlas en los extremos y se puede atar a la cintura en cualquier punto, dejando que las borlas cuelguen libremente.

## **Chaleco**

Para realizar trabajos físicos, los lugareños usan un chaleco resistente y cálido que protege tanto la túnica como la espalda. Este chaleco está hecho de piel de cabra, baral o muntyac y tiene un diseño frontal simétrico. El cuello y las sisas están rematados con telas como lana roja. Se cree que esta prenda duradera puede durar más de una década.





## Botas

Conocidas localmente como Pagka, estas botas tradicionalmente se fabricaban en terciopelo, cuero o tela. Hoy en día, es común ver botas altas de cuero negro compradas en el mercado.

## Accesorios

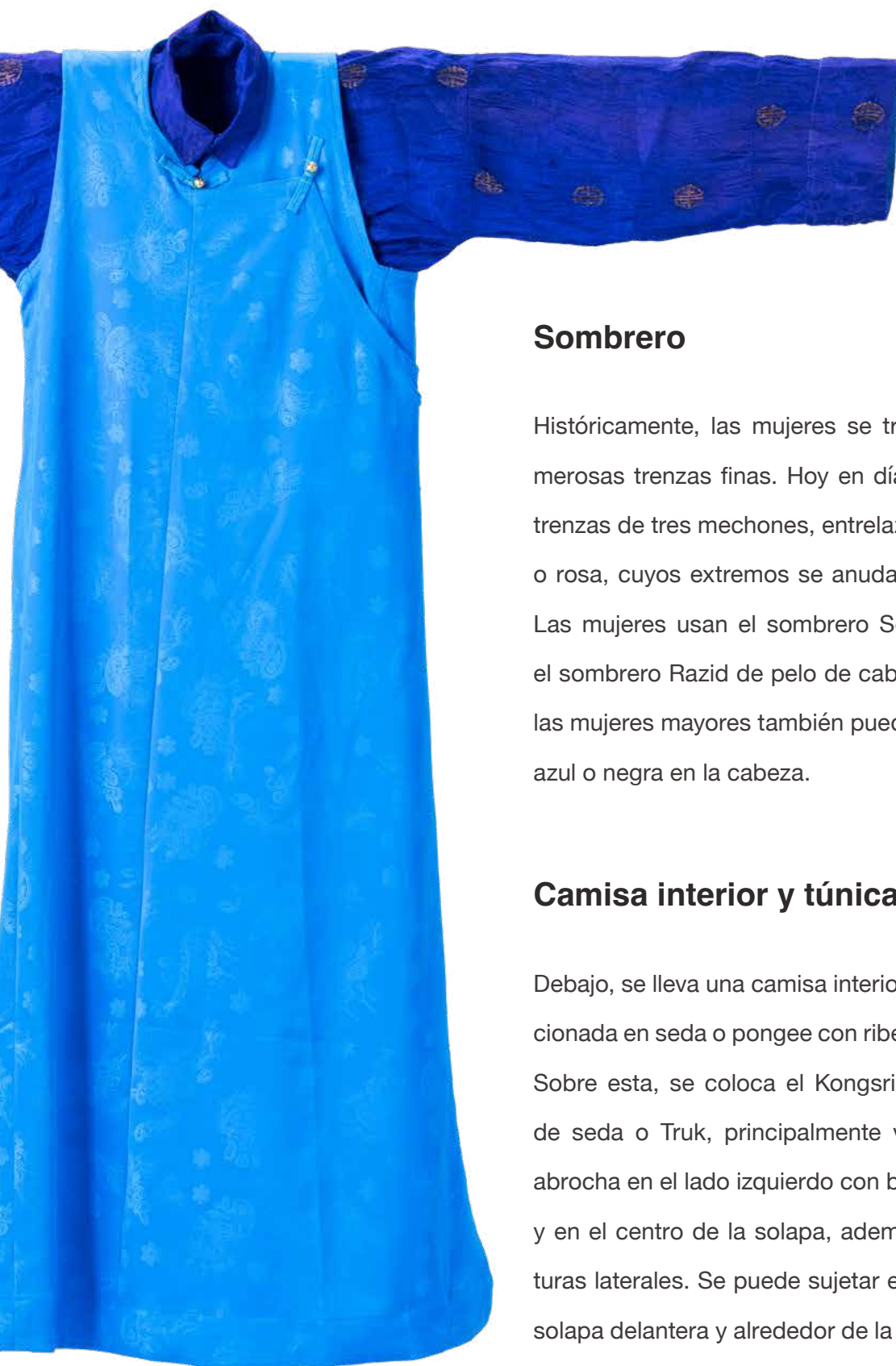
Son comunes los pendientes de plata llamados Legkur, incrustados con turquesa. En la cintura, se porta un cuchillo largo de fabricación local, con empuñadura de cuerno y vaina de cuero o latón. También cuelga de la cintura una bolsa de cuero de varias capas con compartimentos separados para tabaco y pedernal. Una pipa, conocida como Yelele, se sujeta al cinturón, mientras que un cuchillo corto se lleva sujeto a la cadera derecha.



## Vestimenta femenina

La vestimenta femenina incluye el sombrero Togtog, la camisa interior Ngulen, la túnica sin mangas Kongsring, el delantal Mezan, la capa Chyang're y las botas Pagka, así como accesorios como los pendientes Legkur y el collar Kor'rang.





## Sombrero

Históricamente, las mujeres se trenzaban el cabello en numerosas trenzas finas. Hoy en día, suelen peinarse con dos trenzas de tres mechones, entrelazadas con hilo de seda azul o rosa, cuyos extremos se anudan y caen sobre la espalda. Las mujeres usan el sombrero Serlung de flores doradas o el sombrero Razid de pelo de cabra. En su vestimenta diaria, las mujeres mayores también pueden usar un turbante de tela azul o negra en la cabeza.

## Camisa interior y túnica

Debajo, se lleva una camisa interior de estilo tibetano, confeccionada en seda o pongee con ribete de brocado en el escote. Sobre esta, se coloca el Kongsring, una túnica sin mangas de seda o Truk, principalmente verde o azul. La túnica se abrocha en el lado izquierdo con broches cosidos en el cuello y en el centro de la solapa, además de dos pequeñas aberturas laterales. Se puede sujetar en el extremo superior de la solapa delantera y alrededor de la cintura en la solapa interior, mediante un sistema de cierre de lazo y pliegue. Para atar la solapa interior, el cordón debe pasar por la abertura bajo la axila derecha y anudarse firmemente.





## Delantal

El delantal, conocido localmente como Mezan, está confeccionado en seda, satén o Truk a rayas. Presenta una banda decorativa de aproximadamente cuatro dedos de ancho en el borde superior, hecha de brocado o tiras bordadas de tela estampada, con una pieza triangular de brocado cosida en cada esquina superior. Las cintas suelen ser de tela estampada.

## Capa

Una capa negra, llamada Chyang're, se coloca sobre la espalda. Está tejida con plumón de yak o lana, y el dobladillo llega hasta los tobillos. En la parte superior se sujeta un sombrero, y todo el borde está adornado con bandas de lana de colores blanco, amarillo, rojo y verde que forman un patrón de arcoíris. Cuando no se usa el sombrero, la capa tiene forma rectangular, con cintas planas tejidas o de tela en las dos esquinas superiores para sujetarla y borlas en el dobladillo inferior. Históricamente, esta capa se usaba durante las labores agrícolas y el trabajo físico para proteger la espalda del viento y la lluvia, mientras que hoy en día sirve como atuendo formal para eventos ceremoniales.



## Zapatos

Tradicionalmente, se usaban sandalias de rafia, zapatos de tela o de terciopelo. Hoy en día, lo más común es usar zapatos de tela bordados al estilo tibetano, comprados en el mercado.

## Accesorios

Las mujeres usan pendientes llamados Legkur, que son pequeñas piezas de plata en forma de flor con turquesa ovalada, o con turquesa y coral. Algunas prefieren pendientes en forma de flor con borlas de plata, otras, grandes aros de plata lisos. Alrededor del cuello, un collar llamado Kor'rang se compone de turquesa, coral, cristal, ágata y bolas de almejón, junto con un hilo de bolas de marfil. En las muñecas, las pulseras Chyagkor son de plata, marfil o jade. En los dedos, los anillos Chyagdre de oro o plata están engastados con ágata, turquesa, rubí u otras piedras.

La comunidad de Gyedse celebra la mayoría de edad de sus jóvenes con ceremonias formales. Tradicionalmente celebradas en el seno de los hogares, estas ceremonias han evolucionado y se llevan a cabo para toda la aldea durante la celebración del Año Nuevo. El día de la ceremonia, todos los jóvenes que han cumplido trece años visten atuendos tradicionales y se reúnen con la comunidad. La ceremonia, que marca su transición a la edad adulta, se desarrolla de la siguiente manera: el tío materno obsequia a cada niño con un cuchillo pequeño y a cada niña con una pulsera de plata. A continuación, los jóvenes realizan tres postraciones ante los cinco granos y el Zagkam (un cerdo curado en sal durante un año) como muestra de gratitud. Posteriormente, un monje aplica una pequeña cantidad de harina de tsampa en la frente de cada joven y les obsequia con un kata de lana blanca. Finalmente, los abuelos y ancianos de ambas familias ofrecen consejos sobre el respeto a los mayores, el cuidado de los jóvenes, la moralidad y el trabajo diligente. A partir de ese día, se les considera adultos y asumen responsabilidades dentro de la familia.





Las túnicas femeninas locales se abrochan con una abertura en la solapa izquierda, mientras que las masculinas se abrochan con una abertura en la solapa derecha, lo que refleja la costumbre de que las mujeres se sienten a la izquierda del hogar y los hombres a la derecha. En caso de fallecimiento en la familia, los miembros y parientes cercanos visten prendas blancas sencillas de lino como señal de luto.

Gyedsel es un pueblo de gran riqueza cultural, famoso por sus tejidos tradicionales, su arquitectura de piedra y madera, la artesanía de sus alfombras y el laúd Dranyen. Hoy en día, la música está profundamente integrada en la vida del pueblo, y casi todos sus habitantes saben tocar el Dranyen. También se ha formado un grupo musical local conocido como la “Muli”. Al vestir sus trajes tradicionales para actuaciones y eventos públicos, los habitantes de Gyedsel preservan y transmiten sus entrañables costumbres, adaptándose a los tiempos modernos.

14

ཁོ་ལུང་སྒྲིས་མའི་གོས་རྒྱུད།

VESTIMENTA  
FEMENINA DE  
SHOLUNG









① སེང་མགོ།  
Sen'go

② ཆེ་འིང་སྦྱོན་ཁེབས།  
Tsering Kyinkeb

③ འབར་གཤམ།  
Bargag

④ སྦྱང་བ།  
Collar

⑤ གཤམ།  
Ga'u

⑥ འདབས་ཤམ།  
Dabsan

⑦ གྲུབ་བཅིངས།  
Gyabching

⑧ སྒྲ་རགས།  
Fajín

⑨ དངུལ་ཐག།  
Ngultag

⑩ སྦྱོན་བཅིངས།  
Ngun'yang

Sholung es un municipio situado en la parte occidental del condado de Muli, a unos 208 kilómetros de la capital del condado, a una altitud media de unos 2900 metros, caracterizado por un clima de meseta montañosa. Sus habitantes llevan un estilo de vida semiagrícola y semipastoril.

La vestimenta formal que se describe aquí la usan principalmente las mujeres del municipio de Sholung y también es común entre las mujeres de los municipios vecinos de Mat'ri y Derong. Los habitantes tibetanos de estas zonas son conocidos como los Garmi, un nombre que tradicionalmente se interpreta como “gente que habita en las altas crestas de las montañas”.

El conjunto completo incluye el sombrero Tsering Kyinkeb, la túnica formal Dabsan, el chaleco Tagag, el cinturón Karag y el delantal Ngun'jang, junto con accesorios como adornos para la cabeza Gogyan, broche para el cuello Bargag, caja de amuletos Ga'u, collar de cuentas Changwa, fajín ornamental Gyabching, Lozung y adorno frontal Ngultag, entre otros artículos.





## Adornos para el cabello

Históricamente, las mujeres lucían un elaborado peinado conocido como Sen'go. Este estilo comienza en la parte superior de la cabeza, donde una sección de cabello se divide en dos partes: una frontal y otra posterior. La parte frontal se trenza en ocho mechones, que luego se separan en cuatro finas trenzas a cada lado de la frente, conocidas como Dratselen. En cada sien, se hace una trenza de cuatro mechones llamada Nadra. Los extremos de la Dratselen y el cabello de la frente se trenzan juntos formando finas trenzas de tres mechones. El cabello de la parte posterior de la frente se combina con el resto y se trenza de la misma manera. Finalmente, todas las trenzas se dividen en dos secciones y, comenzando desde cada lado de la frente, se trenzan diagonalmente a intervalos regulares con hilo azul y blanco, creando un suave arco que cae por la espalda. En los extremos, las trenzas se recogen en dos moños atados con hilo de lana de diferentes





colores, formando una diadema de aproximadamente un palmo de largo, adornada con borlas de lana rojas y de otros colores. Turquesa, coral, ámbar y diversos adornos de plata se intercalan entre las trenzas Dratselen y Nadra. Los relatos locales también mencionan una antigua costumbre de cortar el flequillo a la altura de las cejas.

Hoy en día, la generación de mayor edad suele trenzarse el cabello en dos gruesas trenzas de tres mechones, con hilos de seda multicolores en los extremos, que luego se cruzan y se enrollan en la parte superior de la cabeza. La generación más joven, en lugar de trenzarse el cabello, usa un tocado decorativo que se asemeja al estilo Sen'go, adornado con ámbar, turquesa y otros ornamentos. Cuando no se usa tocado, se utiliza el sombrero Tsering Kyinkeb.





Vestimenta femenina de Sholung 231





## Túnica Dabsan

Para ocasiones formales, las mujeres visten el Dabsan, una túnica de color rojo púrpura o similar. Si bien tradicionalmente se confeccionaba con fieltro o pana, actualmente se suele coser con telas disponibles en el mercado. Su nombre proviene del ancho ribete de brocado en los puños y el dobladillo.

El cuello está confeccionado con una banda de brocado de aproximadamente dos dedos de ancho, y el borde de la solapa está adornado con tres tiras estrechas de tela de diferentes colores y dos tiras anchas paralelas de brocado, conocidas como Ngundak, que cuentan con un broche central para su sujeción. Los bordes exteriores de la solapa y el dobladillo están rematados con cuatro tiras estrechas de tela de diversos colores, que simbolizan los cuatro elementos. Actualmente, se suelen añadir tiras decorativas adicionales, por lo que la túnica se conoce como Dabsan de cinco, seis o siete adornos.





A lo largo de todo el dobladillo, excepto en la solapa interior, se cose un brocado azul llamado Sanyag, de aproximadamente dos palmos de ancho. En el lado interior, hay tiras de tela roja y amarilla de unos tres dedos de ancho. En los puños, el ribete decorativo se dispone secuencialmente: cuatro tiras estrechas de tela multicolor seguidas de un brocado azul de aproximadamente un palmo de ancho, y luego tiras con patrón de arcoíris rojo y amarillo emparejadas u otras tiras de colores arcoíris. La sección superior del brazo tiene una banda de Truk Gyalo, conocida como Wartong. La tira de tela de túnica rojo púrpura visible entre el ribete de arcoíris y el Wartong se llama Raetag.

A lo largo de los hombros, de izquierda a derecha, se cose un brocado rectangular amarillo conocido como Traksan, de aproximadamente dos dedos de ancho, cuyos cuatro lados están adornados con estrechas tiras de tela en rojo, negro, amarillo y verde. Entre las tiras más largas de los bordes superior e inferior, se cosen cuatro o cinco piezas de tela superpuestas en forma de flecha, conocidas como Balka, que combinan en color con el ribete circundante, pero varían en longitud. El Traksan simboliza el porte de un libro sagrado o un yugo de arado, mientras que el Balka representa la etiqueta de las escrituras.

En el centro de la cintura, se cose una banda rectangular de brocado llamada Kedgag, adornada con estrechas tiras de tela en sus cuatro bordes, que se asemeja a un libro sagrado sin título. Esta banda simboliza un libro sagrado o una cuerda de arado. La tradición local sugiere que las mujeres de esta región, que se cree descienden de un Raksasi, tradicionalmente cosen tiras que representan un yugo de arado en los hombros y tiras que simbolizan un libro sagrado en la cintura para someter al Raksasa. El Kedgag también sirve como un importante indicador del estado civil, ya que las mujeres casadas llevan el Kedgag cosido en su Dabsan, mientras que las solteras no, aunque esta distinción se observa con menos rigor hoy en día.

En el dobladillo posterior de la prenda, se colocan pliegues llamados Chonwu, que simbolizan los surcos del campo. Cada pliegue se cose con una técnica conocida como Draggang, utilizando hilos blancos que representan las plántulas en un campo. Al unir las puntadas de todos los pliegues, se forma un patrón de gran simetría. El número de pliegues depende del tamaño





de la prenda, y al guardarla, la túnica se dobla hacia la derecha. Durante la costura, se recitan alternativamente las palabras “auspicioso” y “desafortunado”. Se cree que el proceso no debe terminar con un número par de “desafortunado”, sino que debe concluir con un número impar de “auspicioso” para asegurar condiciones favorables.

La prenda Dabsan de uso diario está confeccionada en tela negra y tiene una solapa izquierda. La parte central de las mangas lleva un Wartong de Truk Gyalo, cosidos con un Traksan y un Kedgag simplificados. El borde del cuello está rematado con una tira de tela similar al Truk Gyalo, mientras que el borde delantero izquierdo y el dobladillo están acabados con un sencillo ribete de hilo de color, sin Sanyag ni otros adornos. Este estilo lo usan principalmente las mujeres mayores.

## Chaleco

En reuniones, festivales u otras ocasiones, el chaleco Tagag se lleva sobre el Dabsan. Confeccionado en brocado o Truk Gyalo, el Tagag presenta una solapa derecha y pequeñas aberturas a ambos lados del dobladillo. El escote, las sisas, los bordes de las aberturas y el dobladillo están adornados con tres bandas de brocado de diferentes estilos. En invierno, se usa un chaleco forrado de piel de cordero o piel sintética. Para el día a día, lo más común es combinar un chaleco liso de tela negra de adornos sencillos con la ropa de uso diario.





## Fajín

Alrededor de la cintura, se lleva un cinturón de lana que es una mitad ancho y la otra mitad estrecho. El segmento más ancho está tejido con sucesivos patrones horizontales, incluyendo un motivo de meandro, símbolos Yungdrung (esvástica) entrelazados y motivos de nudos auspiciosos, con borlas que cuelgan de ambos lados. La sección más estrecha está decorada con una fina banda de hilos de colores con un patrón arcoíris, que termina en una borla de aproximadamente un palmo de ancho, sin ningún otro motivo decorativo. Al usarlo, el lado estampado queda hacia afuera, y el cinturón se ajusta de manera suave y uniforme alrededor de la cintura. Se dice que tejer un cinturón así a mano lleva más de un mes y es un proceso extremadamente laborioso. Como resultado, los cinturones tejidos a mano son muy poco comunes. Para ocasiones formales, es más común usar cinturones comprados de un estilo tradicional similar, generalmente combinados con la túnica Dabsan.



Vestimenta femenina de Sholung 237





## Delantal

El delantal, conocido localmente como Ngun'jang, está confeccionado con tela de Truk o Truk Gyalo de imitación con rayas arcoíris. La parte superior, de aproximadamente un palmo de ancho, es lisa, mientras que debajo se cosen horizontalmente paneles cuadrados de brocado negro y amarillo alternados. Se aplican diversas tiras decorativas con motivos de meandros u otros diseños a lo largo de las costuras del brocado bicolor, en el borde superior del brocado negro y a lo largo de ambos lados y el dobladillo inferior del delantal. A cada lado del delantal, desde el punto medio hacia arriba, se cosen tres tiras de tela de diferentes colores. Las secciones superiores convergen en el centro del borde inferior del brocado negro, mientras que las inferiores se extienden hasta el centro del borde inferior del brocado amarillo. El borde superior está rematado con un brocado más ancho y cintas planas de tela cosidas a cada lado para ajustarlo a la cintura.

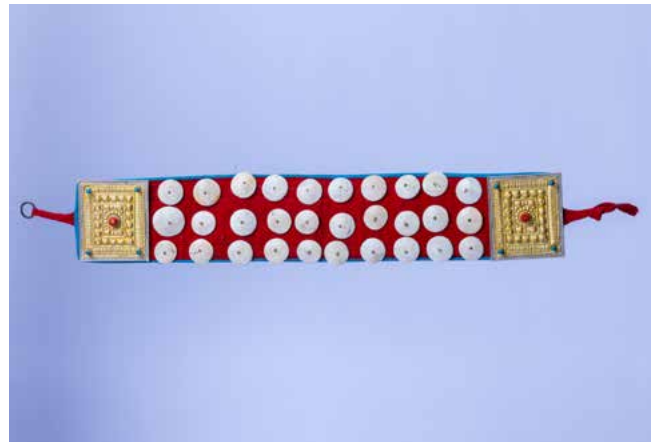


## Accesorios

Los pendientes grandes de plata, conocidos como Natsar, suelen llevarse adornados con piedras preciosas de coral y turquesa.

Alrededor del cuello se lleva el Bargag, un adorno como un broche hecho de una base de tela de lana o similar, ribeteada con tela azul. En el centro de esta base, se cose un pequeño adorno de plata calado con turquesa y coral. Además, se llevan cajas de amuletos Ga'u redondas o cuadradas alrededor del cuello, junto con un collar con turquesa, coral, bolas Dzi y otras piedras preciosas.

En cada muñeca se lleva una pulsera de plata conocida como Chusrin Lagkor.





Alrededor de la cintura se ata el fajín ornamental conocido como Gyabching. El Gyabching tiene un forro de fieltro rojo de aproximadamente cinco dedos de ancho, sobre el cual se cosen catorce discos de almejón en dos filas. Cada extremo del fajín está adornado con un ornamento cuadrado de oro o plata que lleva un coral en el centro. El número de discos puede variar. Al usarlo, el lado con los discos queda hacia atrás, de ahí el nombre Gyabching, que significa “atado a la espalda”.

Por la pierna derecha, cuelga de la cadera un Lozung de plata, con un adorno de plata en forma de estuche para agujas, conocido como Bakeg, sujeto en su extremo y adornado con borlas de plata. En la parte delantera de la cintura cuelga el Ngultag, un adorno de plata que se asemeja a una caja circular para amuletos Ga'u, al que se le unen cadenas de plata a ambos lados y en la parte superior, conectándolo al cinturón. Antiguamente, los adornos de plata más grandes se usaban en ocasiones formales, pero hoy en día estas piezas rara vez se ven fuera de bodas, interpretaciones artísticas y otros eventos especiales.

Debido a las variaciones en los entornos de vida y los recursos disponibles, las necesidades y preferencias estéticas de las personas difieren, lo que da como resultado que la vestimenta tradicional de las distintas regiones posea características distintivas en cuanto a corte, estilo y trasfondo cultural. Este conjunto representativo de atuendos regionales tiene una gran importancia dentro de la cultura de la vestimenta tibetana.



Vestimenta femenina de Sholung 241



# 15

འབྲོག་ར་ཐང་གི་སྒྲིས་མའི་གོས་རྒྱུ།

VESTIMENTA  
FEMENINA DE  
DRORATANG





1 སྐ་མ།  
Chama

2 བ་ཅི།  
Patsi

3 ཅང་ཁ་ད།  
Changkada

4 སྒྲ་མ།  
Falda



Droratang es un municipio situado en la parte sur del condado de Muli, a unos 105 kilómetros de la capital del condado. Se encuentra a una altitud media de unos 2900 metros y presenta un clima de meseta montañosa. Sus habitantes practican un estilo de vida que combina actividades semiagrícolas y semi-pastorales.

Un atuendo tradicional femenino completo incluye varias prendas: la camisa interior Patsi, el chaleco Changkada, la túnica de invierno Pa'le, la capa Putsi, la falda plisada Nam, el fajín Gyatra y las botas Pagka. Accesorios como los adornos para la cabeza Gogyen, el collar Pengwa y la pulsera Yeku completan el conjunto.

## Adornos para el cabello

Tradicionalmente, las mujeres se trenzaban el cabello en finas trenzas de tres cabos, incorporando hilos de seda en los extremos. Estas trenzas solían llevarse sueltas por la espalda o recogidas en la parte superior de la cabeza. Antiguamente, las jóvenes solteras se trenzaban todo el cabello en una sola trenza gruesa de tres cabos con fibras de cola de yak o hilos de seda, que luego se recogían en la parte superior de la cabeza. Hoy en día, las jóvenes suelen llevar un adorno para el cabello conocido como Chama, que es una espiral de hilo de lana negra ligeramente



retorcida formando un anillo que se ajusta al tamaño de la cabeza. Hebras de hilo de seda azul se entrelazan alrededor de la parte superior izquierda, con los extremos sueltos colgando hasta la cintura, colocados según la preferencia personal. En la parte frontal de la espiral de lana negra se lleva un adorno Lugse, compuesto por cuatro hebras de perlas blancas y rojas dispuestas en un suave arco. En el centro superior, un adorno ovalado de oro o plata con perlas o coral está flanqueado por decoraciones florales de oro o plata. Algunas variantes del Lugse incorporan ámbar, turquesa y otros adornos.

Las mujeres mayores suelen trenzarse el pelo en dos trenzas de tres mechones, que se cruzan y se enrollan en la parte superior de la cabeza, y llevan el adorno para cabello Chama, que puede tener perlas o dejarse liso, con borlas negras que cuelgan de forma natural sobre los hombros.

Según relatos orales, las mujeres de los pueblos vecinos de Niyilang y Oya solían decorar el Chama con adornos hechos de monedas de plata y piezas en forma de anillo, o bien lo envolvían con pañuelos negros. Droratang comparte tradiciones similares, aunque hoy en día el adorno para el cabello Chama es el estilo predominante entre las mujeres de la zona.



## Camisa interior

La camisa interior Patsi está confeccionada en satén de tonos rojos, rosas u otros colores, con abertura de izquierda a derecha. Presenta tres botones cosidos en fila en el escote y botones adicionales en la parte central y en la sisa, sumando un total de cinco botones para el cierre. El escote y los puños están adornados con brocado amarillo ancho, mientras que los puños tienen un corte diagonal con una abertura que también se cierra con un botón.









## Chaleco

Sobre el Patsi se lleva un chaleco de lana blanco-marrón llamado Changkada. El escote está rematado con terciopelo rojo y la prenda tiene una abertura frontal simétrica. Los bordes delanteros y las sisas están adornados con bordados de hilos de seda de diversos colores. El dobladillo está decorado con borlas de lana multicolores, sobre las cuales se extiende una banda con estampado de arcoíris de unos cuatro o cinco dedos de ancho, tejida con hilos de diferentes colores.

## Túnica

En invierno, se usa una túnica de fieltro marrón con mangas, conocida como Pa'le. Esta túnica tiene una abertura frontal recta y cuatro botones cosidos a lo largo del cuello. El escote, los puños y el dobladillo están adornados con hilo Truk estampado e hilo dorado con motivos ondulados.



## Capa

Históricamente, las mujeres vestían una prenda superior de terciopelo con solapas a la izquierda y ribete de brocado en el escote, con solapas a la derecha. Durante el trabajo físico, se ponían el Putsi, una capa impermeable tejida con pelo de yak. Esta prenda tiene pliegues fruncidos en el cuello y llega hasta los tobillos, sirviendo también como capa para la lluvia. Hoy en día, este tipo de capas son poco comunes.

## Falda plisada

Como prenda inferior, se usa una falda plisada conocida como Nam. Esta falda está hecha de tela con una banda de tiras estrechas de tela con un estampado de arcoíris en el dobladillo. En la parte superior, se le añade un bloque de tela del mismo color, cuyos extremos sirven para sujetar la falda a la cintura. La falda está disponible en blanco, azul y negro, siendo las mujeres mayores las que suelen usar azul o negro, mientras que las jóvenes prefieren predominantemente el blanco.





## Fajín Gyatra

Alrededor de la cintura se lleva un cinturón de lana de color rojo púrpura llamado Gyatra, de aproximadamente un palmo de ancho. Los bordes superior e inferior del cinturón están tejidos con hilos de lana multicolores, con motivos arcoíris y otros diseños, y borlas que cuelgan de ambos extremos y a lo largo de los bordes laterales. Algunas mujeres optan por un cinturón blanco con borlas solo en los extremos, con motivos similares de arcoíris y otros diseños.

## Zapatos

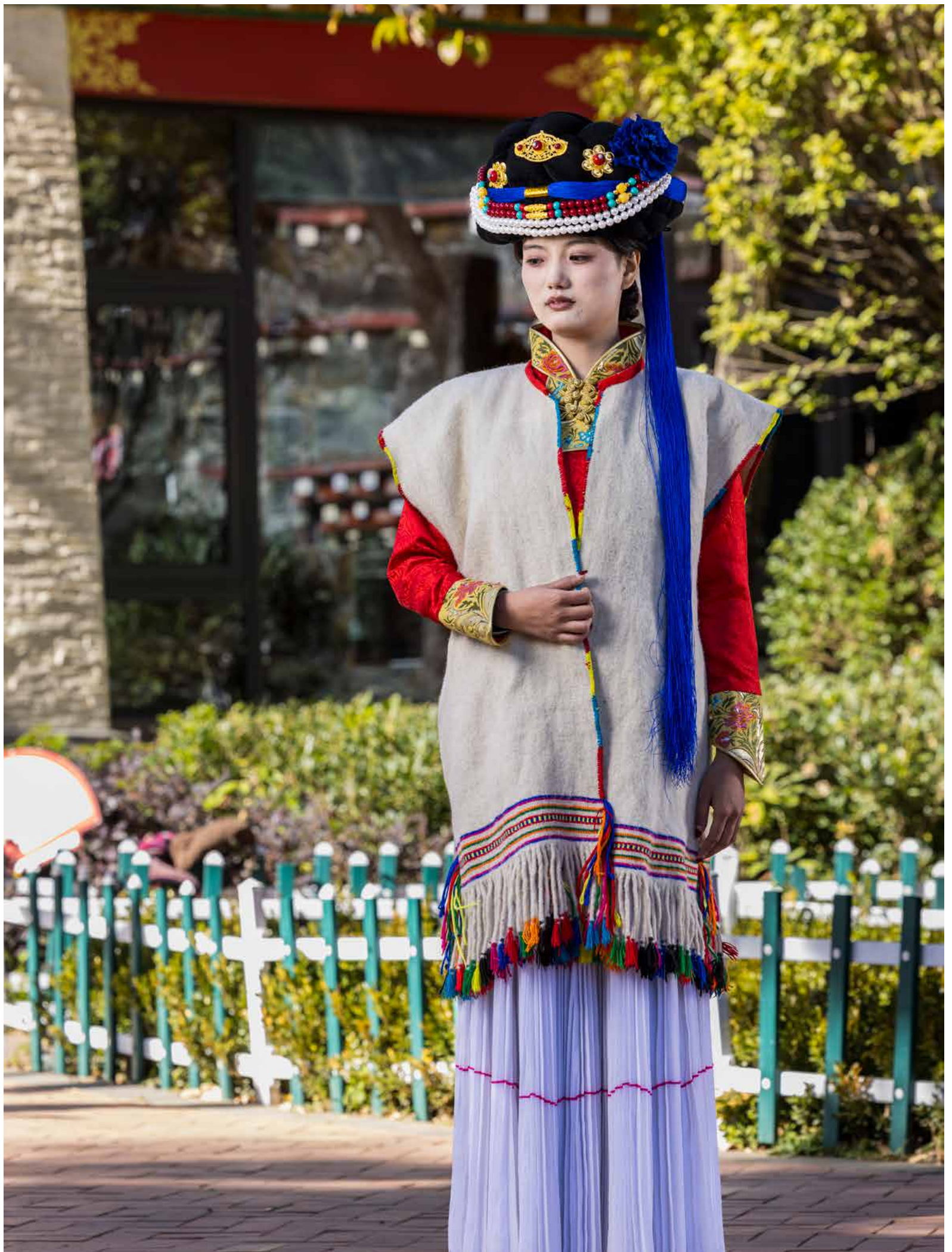
Localmente, a los zapatos se les llama Pagka. Antiguamente, la gente usaba sandalias de rafia, zapatos de tela o de cuero, pero hoy en día son más comunes los zapatos de tela y de cuero comprados en tiendas.

## Accesorios

Los pendientes se conocen como Sakya y se presentan en diferentes estilos, como aros de plata lisos o aros de plata con incrustaciones de turquesa y coral. Alrededor del cuello, se lleva un collar de bolas llamado Pengwa, y no se suele usar ningún otro adorno para el cuello. La pulsera se conoce como Yeku, y se lleva una pulsera de plata fina llamada Nyangyeke en cada muñeca. Las mujeres también llevan tradicionalmente anillos de plata en los dedos. Antiguamente, los artesanos locales practicaban refinadas técnicas de teñido utilizando tierra amarilla y materiales botánicos, produciendo amarillos y rojos particularmente vivos. Hoy en día, este conocimiento casi ha desaparecido, y solo lo conserva un puñado de practicantes.

Históricamente, las prendas de esta región se confeccionaban con lino o lana. La población local prefiere un estilo minimalista, evitando accesorios elaborados. A pesar de la convivencia de cinco o seis grupos étnicos diferentes en el municipio de Droratang, la vestimenta tradicional se ha mantenido prácticamente intacta, sin influencias externas. Como resultado, estos estilos regionales únicos se conservan y se transmiten de generación en generación.







16

རས་པ་འབྲབ་བྱེད་ཀྱི་གོས་རྒྱ།

TRAJE DE  
BAILE DE REPA





① རས་སྒྲ།  
Re'dra

② རོད་སྒོར།  
Todkor

③ ར་བྱ།  
Tambor de  
pellets

④ རྒྱབ་བཏགས།  
Gyabtag

⑤ གཟན་སྒོམ།  
Sangdom

⑥ བོད་ལྷ། བོད་སྒྲོང།  
Bo'lwa/  
Gongtod

⑦ ལུ་བ།  
Túnica

⑧ གཡག་ར།  
Látigo de cola  
de yak

⑨ རས་པའི་རྒྱལ་ཐག།  
Repa Frultag

⑩ རོར་མ།  
Pantalones

⑪ ལྷ།  
Botas





① རིགས་ལྗེ།  
Rig'nga

② ཁ་བཏགས།  
Kata

③ ར།  
Tambor

④ འབྲུ་ཅི་རུ།  
Butsiru

⑤ རྩེ་ལོག།  
Pendientes

⑥ སྤུ་སྦྱང་། འགག་སྦྱོང་།  
Chaleco

⑦ གོང་སྦྱོང་།  
Camisa

⑧ ར་ལྷག།  
Varita

⑨ སིང་སི།  
Singsi

⑩ རྩེ་ལ།  
Hrema

El Repa es un antiguo baile ritual que se practica principalmente en el municipio de Tachu, en el condado de Weixi, aunque también tiene presencia en algunas zonas del condado de Dechen y en el municipio de Soklga, en Gyaltang. Estas áreas comparten un entorno similar con una altitud de 2.000 metros, clima monzónico templado frío y sus habitantes llevan un estilo de vida mixto que combina agricultura con ganadería.

Se cree que la danza se originó en tiempos del venerado Milarepa y su discípulo Rechungpa Dorje Drakpa. Según la tradición, la danza fue creada en su honor y se interpretaba con su vestimenta como ofrenda devocional. El nombre Repa, que significa «el vestido de algodón», deriva del epíteto de Milarepa.

Según un relato particular, cuando la construcción del Monasterio de Samye se topó con numerosos obstáculos, la gente realizó la danza Repa para superar estos desafíos, lo que finalmente condujo a la finalización exitosa de la edificación. En consecuencia, la danza se asoció con la propagación de la buena fortuna, estableciéndose como una tradición en la cultura local. Según las creencias locales, esta tradición ha perdurado durante más de mil años. El Tachu Repa también se conoce como Lapab Repa, que simboliza la bienvenida anual a Milarepa. Si bien varios relatos vinculan la danza con antiguas prácticas rituales, la Repa sigue siendo una danza tradicional muy apreciada, disfrutada por los lugareños de todas las edades, y sus trajes y accesorios ocupan un lugar único en el amplio patrimonio cultural tibetano.







## Traje masculino de baile Repa

El traje masculino consta de una camisa interior, una túnica o prenda superior Gongtod, pantalones blancos de pongee y botas, complementados con varios accesorios para la actuación, como el tocado trenzado Re'dra, el adorno para la cabeza Todkor, un colgante para la espalda llamado Gyabtag, la hombrera Sangdom, una caja de amuletos Ga'u, el cordón con flecos Repa, un tambor de mano y un látigo de cola de yak.





Los hombres visten una túnica roja de Bo'lwa, hecha de lana tejida o tela, sobre una camisa blanca de pongee con ribete de tela azul en el cuello, combinada con pantalones blancos de pongee.

Históricamente, el calzado utilizado era el Hoezi, caracterizado por sus suelas de tela o cuero, pero hoy en día la mayoría de los artistas optan por botas de montar disponibles en el mercado.



Antiguamente, todos los hombres de esta comunidad llevaban el pelo largo, y los artistas de Repa se lo trenzaban en tres mechones con hilo de seda, enrollando las trenzas sobre la cabeza. Hoy en día, como el pelo largo es poco común, los artistas usan la Re'dra, una trenza postiza hecha de tiras estrechas de tela superpuestas, adornada con flecos de lana negra o pelo sintético, que se envuelve alrededor de la cabeza. Sobre esta se lleva el Todkor, una banda trenzada de hilos de seda o lana multicolores, con dos o tres adornos de plata en forma de anillo llamados Dzebo y pequeños remaches de plata en forma de flor incrustados con perlas, coral y turquesa. Algunos artistas añaden una trenza postiza con bolas de turquesa y ámbar.





Sobre el hombro se lleva el Gyabtag, que consiste en cinco o más fajines de seda multi-colores atadas con un cordón, cuyos extremos llegan hasta el tobillo. Se dice que representa el chal de meditación de Milarepa. Una larga correa, conocida como Sangdom y forrada con tela azul, sujeta el Gyabtag durante la danza. A ella se le une un amuleto Ga'u, que se cree que protege contra los obstáculos y los espíritus malignos.



Alrededor de la cintura, atado sobre el fajín, se encuentra el Repa Frultag: un adorno de cordón con flecos que se lleva en la cintura, hecho de aproximadamente trece cordones multicolores atados entre sí. Dos relatos describen su origen. El primero cuenta cómo Rachungpa, mientras mendigaba, se topó con buitres y cuervos alimentándose del cadáver de un elefante. Inspirado por la visión, cortó los pulmones y el hígado del elefante en pedazos, los colgó de las entrañas blancas y negras y los usó como adorno, dando origen a este cordón con flecos. El segundo relato narra una violenta granizada durante la cual Milarepa se transformó y se refugió dentro del cuerno de un yak. Rachungpa, incapaz de hacer lo mismo, buscó desesperadamente refugio hasta que su ropa quedó hecha jirones. Se dice que esta experiencia lo humilló, y el cordón con flecos sirve como recordatorio de esa lección. Originalmente, los cordones se fabricaban con cuerda de pelo de yak blanco y negro trenzada o retorcida, con plumas blancas en los extremos de las borlas para simbolizar la pureza de espíritu. Hoy en día, se utiliza cuerda sintética, cuyos extremos están adornados con borlas de lana o seda blanca.





En la mano derecha, el bailarín sostiene un tambor de pellets cubierto de cuero con mango de madera, instrumento que se agita durante la danza para marcar el ritmo de las palabras cantadas. En la mano izquierda, sostiene un látigo de cola de yak con mango de madera. Antiguamente se utilizaba una cola de león para este fin, pero ahora se usa cola de yak.





## Traje femenino de baile Repa

El atuendo femenino incluye un turbante para la cabeza, el adorno de corona Rig'nga, el tocado Butsiru, un chaleco, el fajín Gewa, la falda Hrema, además de pendientes, una caja Ga'u, un collar, el adorno de fajín Pakog y el Singisi. Los accesorios para la actuación incluyen un kata y un tambor de mano.





Tradicionalmente, las mujeres usaban un peinado llamado Godri, que trenzaba el cabello en tres mechones, tejiendo hilo de lana de colores en el extremo final antes de enrollar la trenza sobre la cabeza con la punta de la borla detrás de la oreja izquierda. Los artistas de Repa ahora usan un Godri prefabricado hecho con hilos de lana multicolores. Sobre este, se envuelven un turbante rojo para la cabeza conocido como Lakchyi, de aproximadamente cuatro metros de largo y de ocho a diez centímetros de ancho, alrededor de la cabeza en el sentido de las agujas del reloj, comenzando desde un extremo para cubrir la coronilla. Este método de envoltura también se usa para la vestimenta formal en Tachu y Soklinga.

Sobre el turbante que cubre la cabeza, los artistas llevan el Rig'nga o Corona de los Cinco Budas, que consta de cinco piezas ornamentales moldeadas como forma de ofrenda, dispuestas en semicírculo en la parte frontal de la cabeza, que representan a los Cinco Budas de las cinco direcciones. Si bien antiguamente se elaboraba en madera tallada o cuero, actualmente el Rig'nga suele estar hecho de cartón o plástico, pintado con los Ocho Símbolos Auspiciosos, el Mantra de Seis Sílabas, diversas flores y diseños de dorje doble. Un kata blanco cuelga de la parte superior como ofrenda a los Cinco Budas.



Traje de baile de Repa 267



La vestimenta formal de las mujeres Tachu y el traje de danza Repa son muy similares. Las mujeres usan un chaleco adornado con brocado o hilo de oro en el cuello y el dobladillo con tonos sobrios para las bailarinas mayores y colores brillantes para las jóvenes. Si bien estos chalecos tradicionalmente se confeccionaban con lino y terciopelo, la mayoría se elaboran ahora con brocado o tela de vestir amarilla, roja o verde. Durante la danza, un kata blanco y un fajín rosa se colocan sobre cada hombro, cruzando el pecho y atándose bajo las axilas a cada lado, simbolizando el chal de Milarepa.



El fajín Gewa se ata sin apretar sobre el chaleco, con sus extremos con borlas colgando por detrás. Antiguamente, la Gewa se confeccionaba con fieltro, pero hoy en día suele hacerse con telas de diversos colores compradas en el mercado. Debajo, las artistas visten la Hrema, una falda negra con muchos pliegues, similar a la que se usa en la vestimenta formal. Históricamente, la Hrema se hacía con materiales tejidos a mano de lana de oveja y plumón de yak, mientras que ahora se confecciona con telas modernas prefabricadas.

A la altura del cabello se lleva el Butsiru, un adorno que consiste en tela de lana con pequeñas lentejuelas plateadas, que cae por detrás hasta la altura del fajín.



Los pendientes, conocidos como Nakog Churluk Sumdzeg, son piezas de plata engastadas con turquesa y coral, con un separador de ámbar en forma de reloj de arena llamado Ungtsang entre cada capa. Tradicionalmente, estos pendientes se ensartaban directamente en los orificios de las orejas, pero hoy en día suelen pasar por un pequeño lazo, conectado por una cadena de plata que se pasa a través del turbante y se sujeta a él, colgando libremente cerca de las mejillas.





En la mano derecha, la bailarina sostiene una baqueta de madera, mientras que en la izquierda lleva un pequeño tambor forrado en cuero con mango de madera, cuya superficie está pintada con un motivo de loto de ocho pétalos o de dos peces. Cuenta la leyenda que Rechungpa elaboró el tambor y la baqueta originales a partir de costillas de elefante de diferentes tamaños, a las que les dio forma. Hoy en día, los tambores y las baquetas se decoran con elaborados ornamentos de colores.

Alrededor del cuello cuelga el Gehon, un Ga'u cuadrado de plata engastado con turquesa y coral. Algunas artistas también llevan un collar de bolas de turquesa y coral. El Pakog, un fajín de cuero rojo o brocado adornada con tachuelas y placas de plata, se lleva en la cintura. Sujeto a la cintura está el Singisi, un conjunto de pequeños adornos de plata, que incluye un estuche para aguja e hilo y una pequeña bolsa.

Históricamente, el Repa se realizaba únicamente en Año Nuevo, comenzando alrededor de las siete de la tarde y continuando durante toda la noche sin interrupción. Para evitar mareos durante las largas horas de giro, los bailarines se aplicaban en las sienes un emplastro medicinal de fabricación local llamado Zadag. Hoy en día, la danza se realiza tanto de día como de noche, y se dice que las representaciones diurnas comenzaron hace unos veinte años. Estas representaciones suelen ser breves y tienen lugar principalmente en bodas y otros eventos comunitarios.

La danza Repa se ha convertido en una parte esencial de la cultura popular de estas comunidades, y sus trajes reflejan una identidad local única. Estas prendas y adornos son parte integral de las costumbres, la vida y las creencias del pueblo Tachu.





# མིང་ཆེན་ཤན་སྒྱུར་རེའུ་མིག

## Glosario

01

### ཀོང་ཚེད་ར་བའི་གོས་རྒྱུ།

Vestimenta de Kongzera

|    | བོད་ཡིག             | ལ་ཐིན་ཡི་གེ           | སི་ཤེས་དན།         |
|----|---------------------|-----------------------|--------------------|
|    | Tibetano            | Transliteración Wylie | Español            |
| 1  | མྲ། ཉི་མ།           | hrwa/ hri wa          | Hra / Hrewa        |
| 2  | ཆེ་རིང་རྒྱུན་ལེབས།  | tshe ring skyin khebs | Tsering<br>Kyinkeb |
| 3  | སྤ་ཁོག              | sta khog              | Takog              |
| 4  | གོས་ཆེན་སྐ་རགས།     | gos chen ska rags     | Gochen Karag       |
| 5  | འབྲ་རས་སྟོད་འབོག    | 'bu ras stod 'bog     | Purae Todbo        |
| 6  | རྐང་སྐྱུ་མ།         | rkang snam            | Kangnam            |
| 7  | མགོ་དྲིས།           | mgo dkris             | Godri              |
| 8  | ལག་རས།              | lag ras               | Lagri              |
| 9  | ཆེ་ལེན།             | tshi len              | Tsilen             |
| 10 | ཕུ་སྟུང་། འགག་སྟོད། | phu stung / 'gag stod | Putung /<br>Gagtod |
| 11 | སྐེ་ནོན།            | ske non               | Kenon              |
| 12 | སྐྱུ་མོ། རས་སྐྱུ་མ། | snam mo/ ras snam     | Nammo /<br>Renam   |
| 13 | སོག་རྒྱ།            | sog rna               | Sogna              |
| 14 | རྒྱ་འདྲོགས།         | rna 'dogs             | Nadog              |
| 15 | ལག་ཉོག              | lag nyog              | La'nyog            |
| 16 | སིང་སིང་།           | sing sing             | Singsi             |
| 17 | དུང་ཚར།             | tung tshar            | Dungtsar           |
| 18 | ཆབ་མ།               | chab ma               | Chabma             |
| 19 | གཡས་ཉེ། དངུལ་ཐ།     | g.yas he/ dngul phra  | Yehe/Ngultra       |



གཡག་རྩེ་བུད་མེད་གི་གོས་རྒྱུ།

Vestimenta femenina de Yakra

|    | བོད་ཡིག          | ལ་ཐེན་ཡིག                    | སི་ཤེས་དན།        |
|----|------------------|------------------------------|-------------------|
|    | <b>Tibetano</b>  | <b>Transliteración Wylie</b> | <b>Español</b>    |
| 1  | ཙོར་མཐུད།        | tsor mthud                   | Zortue            |
| 2  | སྐ་གཞུག          | skra gzhug                   | Drasug            |
| 3  | འཕན་འཇོག         | 'phan 'jog                   | Panjog            |
| 4  | པང་བཀའ།          | pang bkab                    | Pangkab           |
| 5  | ཙམ་ལོ།           | tshar lo                     | Tsarlo            |
| 6  | རྒྱ་ལྷ་མ་ཏོས་ཟེ། | rgya lham hos zi             | Gyalam Hoezi      |
| 7  | རྩ་ཏོབ།          | rna hob                      | Nahob             |
| 8  | འབུར་དྲི།        | bur dkri                     | Purdri            |
| 9  | ཆབ་མ་ལྷགས་ཐག     | chab ma lcags thag           | Chabma<br>Chaktag |
| 10 | གློ་བུངས།        | glo zungs                    | Lozung            |

བདེ་ཆེན་རྫོང་གི་གོས་རྒྱུ།  
Vestimenta de Dechen

|    | བོད་ཡིག།<br><b>Tibetano</b> | ལ་ཐིན་ཡི་གེ།<br><b>Transliteración Wylie</b> | སི་ཤེས་དན།<br><b>Español</b> |
|----|-----------------------------|----------------------------------------------|------------------------------|
| 1  | ཐོད་རྒྱུང་། ཐོད་བཅིངས།      | thod rkyong / thod bcings                    | Todkyong /<br>Tod'ching      |
| 2  | སོ་ཏུང་།                    | so tung                                      | Sotung                       |
| 3  | ན་ཤེར།                      | rna sder                                     | Nadaer                       |
| 4  | མགོ་དྲིས།                   | mgo dkris                                    | Godri                        |
| 5  | སྟོད་གོས།                   | stod gos                                     | Todgo                        |
| 6  | བའ་ལྷ།                      | ba' lwa                                      | Ba'lwa                       |
| 7  | མྲན་ཅི།                     | hran tsi                                     | Hrantsi                      |
| 8  | ན་ཙོག།                      | rna cog                                      | Najog                        |
| 9  | ན་དྲི།                      | rna dkri                                     | Natri                        |
| 10 | ན་དྲི་ཆུ་ཐེན་དཀར་མོ།        | rna dkri chu srin dkar mo                    | Natri Chusrin<br>Karmo       |
| 11 | ཤེང་བ།                      | phreng ba                                    | Changwa                      |
| 12 | སིང་སི་ཐེ་ར།                | sing si ldi ra                               | Singsi Dira                  |
| 13 | ཡ་ལུང་། ལག་ཉོག།             | ya nyung / lag nyog                          | Ya'nyung /<br>La'nyog        |
| 14 | ཨ་ལོང་།                     | a long                                       | A'long                       |
| 15 | བྲང་གའ།                     | brang gab                                    | Changab                      |
| 16 | དངུལ་ཁུག།                   | dngul khug                                   | Nulkeb                       |
| 17 | བདའ་གི།                     | brdab gri                                    | Dabdri                       |
| 18 | འདྲོགས་གི།                  | dogs gri                                     | Dogdri                       |
| 19 | ཆུགས་མ།                     | lcags ma                                     | Chakma                       |

## མཐའ་ཚུའི་བུད་མེད་ཀྱི་གོས་ཀྱི་རྒྱུ།

## Vestimenta femenina de Tachu

|   | བོད་ཡིག             | ལ་ཐེན་ཡིག                    | སི་ཤེས་དན།           |
|---|---------------------|------------------------------|----------------------|
|   | <b>Tibetano</b>     | <b>Transliteración Wylie</b> | <b>Español</b>       |
| 1 | ལག་ཕྱིས།            | lag phyis                    | Lakchyi              |
| 2 | གོང་སྟོད།           | gong stod                    | Gongtod              |
| 3 | སྐྱ་ཤ།              | sku wa                       | Gewa                 |
| 4 | ཧྲེ་མ།              | hre ma                       | Hrema                |
| 5 | རྒྱེ་ཁོག།           | rne khog                     | Nakog                |
| 6 | གླེ་ཏོན།            | ghe hon                      | Gehon                |
| 7 | བྱུར་ལོག་སྒོ་རིལ་མ། | byur log sngo ril ma         | Churlok<br>Ngo'rilma |
| 8 | བྱུར་ལོག་དམར་ཚང་མ།  | byur log dmar tshang ma      | Churlok<br>Martsam   |
| 9 | པ་ཁོག།              | pa khog                      | Pakog                |



འབའ་བློས་ཀྱི་གོས་རྒྱུན།  
Vestimenta de Badro

|   | བོད་ཡིག         | ལ་ཐེན་ཡིག             | སི་ཤེས་དན།  |
|---|-----------------|-----------------------|-------------|
|   | Tibetano        | Transliteración Wylie | Español     |
| 1 | ཨ་ལྷ། རྫོང་འབོག | a lha/ stod 'bog      | Ala / Topok |
| 2 | ཤན་ལྷགས།        | shan lcags            | Shanyak     |
| 3 | སྐྱམ་མོ།        | snam mo               | Nammo       |
| 4 | ལག་རས།          | lag ras               | Lagri       |
| 5 | རྒྱལ་བཏགས།      | rgyab btags           | Gyabtag     |
| 6 | ཧྲོ་ཐོ།         | hro tho               | Hroto       |
| 7 | ཧོས་ཟི།         | hos zi                | Hoezi       |
| 8 | རྣ་ཐག           | rna thag              | Natag       |

# ཉི་ཤར་རིང་པའི་གོས་རྒྱན།

## Vestimenta de Nixi

|   | བོད་ཡིག།            | ལ་ཐེན་ཡི་གེ།                 | སི་ཁྲེས་དན།         |
|---|---------------------|------------------------------|---------------------|
|   | <b>Tibetano</b>     | <b>Transliteración Wylie</b> | <b>Español</b>      |
| 1 | འཕན་སྒོ།            | phan sgro                    | Pandro              |
| 2 | ཤ་ཐུག་དཀར་དམར།      | sha thug dkar dmar           | Hatug Karmar        |
| 3 | འཇའ་ཚོན་སྒྲོད་འབོག། | 'ja' tshon stod 'bog         | Gyatsun Topo        |
| 4 | གཙན་ལ། གཙན་རྒྱང་།   | gzan lwa/ gzan krong         | Zanla /<br>Zandrung |
| 5 | ཕྱར།                | phyar                        | Char                |
| 6 | པང་ཤུབས། གོས་ལེབ།   | pang shubs/ gos leb          | Pangsub / Gole      |
| 7 | འཇོལ་ཚར།            | jol tshar                    | Joltsar             |
| 8 | མགོ་ར།              | mgo ra                       | Gora                |
| 9 | རྣ་ཁོག།             | rna khog                     | Nakog               |

རོང་པ་ཤོག་ལྷའི་བུད་མེད་གྱི་གོས་རྒྱ།

Vestimenta femenina de Soklga

|   | བོད་ཡིག          | ལ་ཐིན་ཡིག                    | སི་ཤེས་དན།     |
|---|------------------|------------------------------|----------------|
|   | <b>Tibetano</b>  | <b>Transliteración Wylie</b> | <b>Español</b> |
| 1 | སྐ་མཐུད།         | skra mthud                   | Tratud         |
| 2 | སྟ་ཐ་རྟ་ཐ།       | sta tha rnga tha             | Stata Ngata    |
| 3 | རས་རྒྱ།          | ras rgyan                    | Regyan         |
| 4 | དངུལ་སྐ་རགས།     | dngul ska rags               | Chabma         |
| 5 | འབའ་ཁུག་ཁམ་ཤུབས། | ba' khug khab shubs          | Bakeg Kabsub   |



# གྲུ་ལ་ཐང་བུད་མེད་གི་གོས་རྒྱུ།

## Vestimenta femenina de Gyaltang

|    | བོད་ཡིག              | ལ་ཐིན་ཡིག               | སི་ཤེས་དན།           |
|----|----------------------|-------------------------|----------------------|
|    | Tibetano             | Transliteración Wylie   | Español              |
| 1  | སྐམ་ལྷ།              | sram zhwa               | Sramsa               |
| 2  | དབུས་ཙོང་།           | dbus tsor               | Ue'zor               |
| 3  | གནོན་སྐྱ།            | gnon skra               | Nontra               |
| 4  | ལྷང་སུལ།             | ljang sul               | Jangsul              |
| 5  | དུས་རྩོ།             | dus hro                 | Duro                 |
| 6  | ནང་བཅིངས།            | nang bcings             | Nangching            |
| 7  | མ་གོས་སྟོད་འབོག་།    | ma gos stod 'bog        | Ma'go Todbok         |
| 8  | པེ་ཀོས།              | phe kos                 | Peko                 |
| 9  | ལྷགས་ཐག་།            | lcags thag              | Chaktag              |
| 10 | ཆབ་གདན།              | chab gdan               | Chabdan              |
| 11 | དྲིལ་བུ་ཁབ་ཤུབས།     | dril bu khab shubs      | Trilbu Kabsub        |
| 12 | མེ་ཏོག་ལྷ།           | me tog zhwa             | Metog Shwa           |
| 13 | ཤུ་མའི་ལྷ།           | spu ma'i zhwa           | Pume Shwa            |
| 14 | ཧྲོ་སྔོ། ཧྲོ་ནག་།    | hros sngo/ hros nag     | Hro'ngo/<br>Hro'nag  |
| 15 | ཤ་ཐུག་།              | sha thug                | Hatug                |
| 16 | མོ་པན།               | mo pan                  | Mopan                |
| 17 | ཐག་དྲཀར།             | thag dkar               | Taga                 |
| 18 | རྒྱ་ཁེབས།            | rna khebs               | Nakeb                |
| 19 | ལྷད་སྐོར།            | klad skor               | Letgor               |
| 20 | རས་གོས།              | ras gos                 | Rego                 |
| 21 | ཤེ་ཏིང་།             | she ting                | Shaeten              |
| 22 | སྒུན་དྲིལ་། པང་ཁེབས། | sngun dkris/ pang khebs | Ngundri /<br>Pangkeb |
| 23 | ཁུ་རས།               | khu ras                 | Kure                 |

## གཏེར་མ་རོང་གི་སྒྲེས་མའི་གོས་རྒྱུ།

## Vestimenta femenina de Termarong

|    | བོད་ཡིག             | ལ་ཐེན་ཡིག                    | སི་ཤེས་དན།     |
|----|---------------------|------------------------------|----------------|
|    | <b>Tibetano</b>     | <b>Transliteración Wylie</b> | <b>Español</b> |
| 1  | ཐོར་ཙོག་            | thor tsog                    | Torzok         |
| 2  | མེ་ལོང་།            | me long                      | Melong         |
| 3  | གཡོགས་གོས།          | g.yogs gos                   | Yog'ko         |
| 4  | ཕུག་གཡོགས་གོས།      | phrug g.yogs gos             | Yog'ko de Truk |
| 5  | འགོ་སྒྲུ་གཡོགས་གོས། | go snam g.yogs gos           | Yog'ko Gonam   |
| 6  | རས་གཡོགས་གོས།       | ras g.yogs gos               | Re Yog'koe     |
| 7  | བྲང་གདན།            | brang gdan                   | Changdan       |
| 8  | འཇའ་རྩན་གོས།        | ja' hran gos                 | Jashan         |
| 9  | གཡོན་བཅིངས།         | g.yon bcings                 | Yonching       |
| 10 | སོང་ག་ལེ།           | song ga le                   | Songa'le       |
| 11 | ཁུལ་ཕུག་རྩེས།       | khul phrug rdzis             | Kultruze       |
| 12 | གསེར་བྱ་རྒྱང་དམར།   | gser bya rkang dmar          | Serja Kangmar  |
| 13 | རྩ་ལུ།              | rna wu                       | Nawu           |
| 14 | འབར་སྒྲག་           | 'bar sgag                    | Bargag         |
| 15 | ཆབ་བཅིངས།           | chab bcings                  | Chabching      |

# ཕྱིག་ཟུར་བུད་མེད་ཀྱི་གོས་ཀྱི་རྒྱུ

## Vestimenta femenina de Nyigzur

|    | བོད་ཡིག         | ལ་ཐིན་ཡི་གེ                  | སི་ཇུས་དན།     |
|----|-----------------|------------------------------|----------------|
|    | <b>Tibetano</b> | <b>Transliteración Wylie</b> | <b>Español</b> |
| 1  | ར་ཅིད་ལྷ་མོ།    | ra rtsid zhwa mo             | Razid Shwamo   |
| 2  | སྟོད་ཐུང་།      | stod thung                   | Todtung        |
| 3  | ཐགས་གཡོགས་གོས།  | thags g.yogs gos             | Tak Yog'ko     |
| 4  | དུས་སྒྲོ།       | dus sgro                     | Duedro         |
| 5  | བཞག་གོས།        | bzhag gos                    | Zhagyo         |
| 6  | རྒྱལ་བཅོངས།     | rgyab bcings                 | Gyabching      |
| 7  | ཤན་པེ།          | shan pe                      | Sanpe          |
| 8  | མགོ་ར།          | mgo ra                       | Go'ra          |
| 9  | བྱ་ར་མགོ་དམར།   | bya ra mgo dmar              | Sara Kangmar   |
| 10 | ལྷ་མ་བསྐྱགས།    | lham bsgags                  | Lam Gak        |
| 11 | ཚོགས་རྒྱ།       | tshogs rna                   | Tso'na         |
| 12 | པད་ཐུངས།        | pad spungs                   | Padpung        |
| 13 | ཤ།              | shal                         | Shal           |
| 14 | པེ་བོ།          | phe bo                       | Pebo           |
| 15 | ཨ་ལོང་སྐེ་ལུང་། | a long ske lung              | Along Kelung   |
| 16 | དུང་ཐག          | dung thag                    | Dungtag        |
| 17 | པ་ཏྲ།           | pa tra                       | Patra          |



# སྐད་ཚག་བུད་མེད་ཀྱི་གོས་རྒྱུ།

## Vestimenta femenina de Kadtsag

|   | བོད་ཡིག           | ལ་ཐེན་ཡིག                    | སི་ཐེས་དན།     |
|---|-------------------|------------------------------|----------------|
|   | <b>Tibetano</b>   | <b>Transliteración Wylie</b> | <b>Español</b> |
| 1 | ཀེད་ཤེ།           | sked sle                     | Ked'le         |
| 2 | རས་དཀར་སྟོད་འབོག་ | ras dkar stod 'bog           | Rekar Todbok   |
| 3 | བལ་སྐ་རགས།        | bal ska rags                 | Balsa Kurag    |
| 4 | སྟོང་སྐད་སྐ་རགས།  | stong skud ska rags          | Tongsud Kurag  |
| 5 | ཤྱང་ཕྱར།          | phying phyar                 | Shyang'schar   |
| 6 | རྫོངས་ཕྱེང་།      | rdzongs phreng               | Dzongtreng     |

ན་མུ་ཡུའི་སྐྱེས་མའི་གོས་རྒྱན།

Vestimenta femenina de Namuyi

|    | བོད་ཡིག།             | ལ་ཐིན་ཡི་གེ།                 | སི་ཤེས་དན།     |
|----|----------------------|------------------------------|----------------|
|    | <b>Tibetano</b>      | <b>Transliteración Wylie</b> | <b>Español</b> |
| 1  | ཚུན་ཚུ། ཏ་ཏ་སྐ་མཐུད། | tshun tshu/ ta ta skra mthud | Tsintsu / Tata |
| 2  | བོས་ཡུས་ཀ།           | bos yus ka                   | Boyuga         |
| 3  | བོལ་ཙ།               | bo'u co                      | Woejo          |
| 4  | བར་གོས། པ་ཚེད།       | bar gos/ pa tshir            | Pa'tsir        |
| 5  | ལན་ལགག།              | lan 'gag                     | Langag         |
| 6  | ཀྱི་ཀེ།              | kri ke                       | Drikae         |
| 7  | ཁ།                   | khra                         | Kra            |
| 8  | ཚེ་པུན།              | tshi pun                     | Tsipun         |
| 9  | པ་ཏ།                 | pha Ta                       | Pata           |
| 10 | ཡུན་ཏོ།              | yun to                       | Hento          |

སྒྱིད་སེལ་གོས་རྒྱུ།

Vestimenta de Gyedsel

|    | བོད་ཡིག་          | ལ་ཐིན་ཡི་གེ           | སི་ཤེས་དན།        |
|----|-------------------|-----------------------|-------------------|
|    | Tibetano          | Transliteración Wylie | Español           |
| 1  | ནག་རིལ།           | nag ril               | Nagril            |
| 2  | ཏོག་ཏོག་          | tog tog               | Togtog            |
| 3  | གསེར་ལུང་ཏོག་ཏོག་ | gser lung tog tog     | Serlung Togtog    |
| 4  | ཨ་ཐྱི་ཏོག་ཏོག་    | wa spri tog tog       | Wadri Togtog      |
| 5  | མོག་གཤམ།          | rmog gab              | Mogkab            |
| 6  | ཁོང་བསྐྱེད།       | khong bsring          | Kongsring         |
| 7  | རྒྱ་ཚེས་ཕྱུ་པ།    | rgya tshos phyu pa    | Gyatso Chuba      |
| 8  | ཤྱེང་མ་ཕྱུ་པ།     | bying ma phyu pa      | Shyangma<br>Chuba |
| 9  | དཀྱི་བྱ།          | dkri bya              | Drisya            |
| 10 | པགས་ཀ།            | pags ka               | Pagka             |
| 11 | ལེགས་ཀུར།         | legs khur             | Legkur            |
| 12 | ཡེ་ལེ་ལེ།         | ye le le              | Yelele            |
| 13 | མེས་གཟན།          | mes gzan              | Mezan             |
| 14 | ཤྱེང་རས།          | phying ras            | Chyang're         |
| 15 | སྐོར་རིང་།        | skor ring             | Kor'rang          |
| 16 | ཕྱག་སྐོར།         | phyag skor            | Chyagkor          |
| 17 | ཕྱག་འབྲུས།        | phyag 'grus           | Chyagdre          |



ཞོ་ལུང་སྒྲེས་མའི་གོས་རྒྱན།

Vestimenta femenina de Sholung

|    | བོད་ཡིག།         | ལ་ཐིན་ཡི་གེ།          | སི་ཤེས་དན།   |
|----|------------------|-----------------------|--------------|
|    | Tibetano         | Transliteración Wylie | Español      |
| 1  | སེང་མགོ།         | seng mgo              | Sen'go       |
| 2  | སྐྱ་གཙུག་ལེན།    | skra gtsug len        | Dratselen    |
| 3  | རྩ་སྒ།           | rna skra              | Nadra        |
| 4  | འདབས་ཤན།         | dabs shan             | Dabsan       |
| 5  | སྒོན་རྟགས།       | sngon rtags           | Ngundak      |
| 6  | ཤན་ལྷགས།         | shan lcags            | Sanyag       |
| 7  | འཇའ།             | ja'                   | Ja           |
| 8  | བར་སྒྱུང་།       | bar stung             | Wartong      |
| 9  | རས་རྟགས།         | ras rtags             | Raetag       |
| 10 | ཤག་ཤན།           | phrag shan            | Traksan      |
| 11 | སྐལ་ཁ།           | sbal kha              | Balka        |
| 12 | སྐད་སྐྱག།        | sked sgag             | Kedgag       |
| 13 | ཆོན་བུ།          | chon bu               | Chonwu       |
| 14 | འཐོག་སྒྱུང་།     | breg sgang            | Draggang     |
| 15 | སྐ་འགག།          | sta 'gag              | Tagag        |
| 16 | སྒྱུན་བཅིངས།     | sngun bcings          | Ngun'jang    |
| 17 | རྩ་ཆར།           | rna tshar             | Natsar       |
| 18 | རྒྱབ་བཅིངས།      | rgyab bcings          | Gyabching    |
| 19 | དངུལ་ཐག།         | dngul thag            | Ngultag      |
| 20 | ཁབ་ཤུབས་འབའ་ཁུག། | khab shubs 'ba' khug  | Bakeg Kabsub |

འབྲོག་ར་ཐང་གི་སྒྲེས་མའི་གོས་རྒྱུ།

Vestimenta femenina de Droratang

|    | བོད་ཡིག         | ལ་ཐིན་ཡི་གེ                  | སི་ཤེས་དན།     |
|----|-----------------|------------------------------|----------------|
|    | <b>Tibetano</b> | <b>Transliteración Wylie</b> | <b>Español</b> |
| 1  | ལུག་ཤེ།         | lhug se                      | Lugse          |
| 2  | ཤ་མ།            | phra ma                      | Chama          |
| 3  | པ་ཙི།           | pa tsi                       | Patsi          |
| 4  | ཅང་ཁ་ད།         | cang kha da                  | Changkada      |
| 5  | པ་ལི།           | pa li                        | Pa'le          |
| 6  | ཕུ་ཙི།          | phu tsi                      | Putsi          |
| 7  | སམ།             | snam                         | Nam            |
| 8  | པགས་ཀ།          | pags ka                      | Pagka          |
| 9  | ཤ་ཁྱ།           | sha khya                     | Sakya          |
| 10 | ཕེང་བ།          | pheng ba                     | Pengwa         |
| 11 | ཡེ་ཀུས།         | ye kus                       | Yeku           |
| 12 | ཉང་ཡེ་ཀུས།      | nyang ye kus                 | Nyangyeke      |

རས་པ་འཁྲབ་བྱེད་གྱི་གོས་རྒྱན།

Traje de baile de Repa

|    | བོད་ཡིག།        | ལ་ཐེན་ཡིག།            | སི་ཤེས་དན།   |
|----|-----------------|-----------------------|--------------|
|    | Tibetano        | Transliteración Wylie | Español      |
| 1  | བོད་ལ།          | bod lwa               | Bo'lwa       |
| 2  | ཧོས་ཟི།         | hos zi                | Hoezi        |
| 3  | རས་སྒྲ།         | ras skra              | Re'dra       |
| 4  | ཐོད་སྐོར།       | thod skor             | Todkor       |
| 5  | མཚུབ་བོ།        | mdzub bo              | Dzebo        |
| 6  | བུ་ཙི་རུ།       | bu tsi ru             | Butsiru      |
| 7  | གཟན་སྒྱོང་།     | gzan sdom             | Sangdom      |
| 8  | རས་པ་འི་རྩལ་ཐག། | ras pa'i hrul thag    | Repa Frultag |
| 9  | ང།              | nga                   | Nga          |
| 10 | གཡག་ང།          | g.yag nga             | Yaknga       |
| 11 | རིགས་ང།         | rigs lnga             | Rig'nga      |
| 12 | ང་ལྟ།           | nga lcag              | Ngayag       |
| 13 | གཟའ་བཀག།        | gza' bkag             | Zadag        |





[khenposodargye.org](http://khenposodargye.org)



Sólo para uso no comercial