

Serie de libros sobre cultura
de la vestimenta tibetana

མིའགས་སྒྲིབ་པ་ལྟོས་ཀྱི་ལྗོངས་སྒྲིབ་པ་

VESTIMENTA MINYAK

Español



Museo Drago Deda de Cultura de la Vestimenta Tibetana

འཕྲིན་ལྗོངས་ཀྱི་འཕྲིན་ལྗོངས་ཀྱི་འཕྲིན་ལྗོངས་ཀྱི་འཕྲིན་ལྗོངས་

Serie de libros sobre cultura de la vestimenta tibetana

མི་འཕྲིན་ལྗོངས་ཀྱི་འཕྲིན་ལྗོངས་

VESTIMENTA MINYAK

མི་འཕྲིན་ལྗོངས་

Español

འཕྲིན་ལྗོངས་ཀྱི་འཕྲིན་ལྗོངས་ཀྱི་འཕྲིན་ལྗོངས་ཀྱི་འཕྲིན་ལྗོངས་

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 pueblo Minyak, con su rica herencia entrelazada en el tejido cultural tibetano, es una rama del clan Dong, uno de los cuatro grandes linajes ancestrales del Tíbet. Su historia comienza en los antiguos valles de la cuenca del río Drukchu, en el este de Amdo, mucho antes del establecimiento del Imperio tibetano. Posteriormente, debido a guerras y otras razones, se dividió en dos ramas principales: la rama meridional se asentó principalmente en la actual región de Kam Minyak, mientras que la rama septentrional se dispersó por las regiones de la actual Región Autónoma Hui de Ningxia. Según los registros históricos, durante el período de fragmentación tibetana, la rama septentrional estableció el régimen Xia Occidental (Tangut) y estableció su capital cerca de la actual Yinchuan.

La definición del grupo étnico "Minyak" ha tenido múltiples perspectivas académicas. Las comunidades Minyak del Alto Amdo y Kam se conocen como "Minyak", mientras que las del Bajo Amdo y otras zonas se denominan "Gran Minyak". El término "Minyak" en este libro se refiere específicamente al grupo étnico Minyak que habita en la zona de Minyak Regang y el noreste del condado de Nyarong, una definición ampliamente aceptada por la mayoría de los historiadores. El contenido principal de este libro se centra en los estilos de vestimenta y la forma de usar accesorios de los residentes de la región alrededor de Dartsedo, que se extiende desde el Alto Nyarong hasta el condado de Shebmae.

Las diferencias en cuanto a terreno, clima y estilo de vida agrícola-pastoral han dado lugar a diversos tipos de vestimenta. Por ejemplo, en regiones pastorales de gran altitud como Larima y Ra'le, las mujeres usan accesorios de ámbar y aros florales en sus cabezas. En áreas semiagrícolas y semipastorales de altitud media como los municipios Sabdea y Gangkar Riwo (en Dartsedo), se usa un Bakgo de múltiples pliegues y colores brillantes, que muestra ricos

características regionales a la vez que refleja la estética dominante de las regiones tibetanas. En contraste, las áreas agrícolas de baja altitud como los condados Gyezil y Shebmae, que limitan con zonas étnicas Han y Yi, exhiben cierta influencia intercultural, pero manteniendo las características tradicionales fundamentales, con menos accesorios y más simples como característica notable de estas áreas.

Para elaborar este volumen sobre la vestimenta Minyak, el Instituto de Investigación de Vestimenta de la Meseta Tibetana empleó una metodología de investigación exhaustiva, combinando el análisis de la literatura histórica con extensos estudios de campo y otros métodos de investigación. Este enfoque nos permitió comprender con precisión los estilos de vestimenta tradicionales que han evolucionado en diversas orografías, climas y contextos culturales. Tras considerar cuidadosamente las características culturales distintivas, las técnicas artesanales únicas y la importancia regional, seleccionamos catorce tipos de vestimenta representativos para documentarlos detalladamente.

Nuestro principal compromiso a lo largo de esta investigación fue preservar la autenticidad. Nos esforzamos por capturar la esencia cultural más original de estas tradiciones de la indumentaria mediante el registro fiel de los relatos populares y de los ancianos locales, sin añadir interpretaciones subjetivas ni especulaciones. Para cada tipo de prenda, realizamos entrevistas con al menos diez personas con amplios conocimientos. Cuando surgieron discrepancias en las narrativas o nuevas preguntas durante el proceso de elaboración, las resolvimos mediante análisis comparativo y entrevistas de seguimiento. El proceso editorial fue igualmente meticuloso, con cuidadosas deliberaciones sobre cada término, secuencia y formato de presentación y organización del contenido, sometiendo posteriormente nuestros hallazgos a revisión académica, seguida de un proceso exhaustivo de revisiones y correcciones.

La documentación gráfica de este libro representa un archivo sin precedentes de la auténtica vestimenta Minyak. Cada fotografía muestra a miembros de la comunidad local ataviados con sus atuendos tradicionales, meticulosamente arreglados para garantizar que cada prenda y accesorio se use con la técnica adecuada y conserve su significado cultural. Además, estas fotos son creaciones completamente nuevas, realizadas con una importante inversión financiera, cuidadosamente tomadas por un equipo de fotógrafos profesionales, y se han obtenido formalmente los derechos de uso de los retratos de todos los sujetos.

La ropa y los accesorios no solo sirven para cubrirse y como decoración, sino que también portan múltiples elementos culturales, como las costumbres tradicionales y la psicología estética. Las combinaciones de colores, los estilos de vestir, las canciones folclóricas sobre vestimenta, la transmisión oral de historias y los proverbios populares asociados con la vestimenta en estas regiones también reflejan su profunda y rica cultura. Estos patrimonios culturales son componentes cruciales de la herencia cultural étnica, lo que hace que el reflejo de estas tradiciones orales en registros escritos sea una tarea urgente y valiosa. Agradecemos sinceramente a todos los asesores académicos, a los herederos de la cultura local y al personal que ha colaborado en la finalización de este libro, e invitamos a los lectores a corregir cualquier error.

Instituto de Investigación de Vestimenta de la Meseta Tibetana

28 de marzo de 2025

ÍNDICE

001	Introducción
004	Prólogo
009	Ropa y accesorios de la mujer Drapa
025	Tocados de la mujer Minyak
037	Atuendo tradicional de la mujer Ra'le
047	Vestimenta tradicional masculina en la región de Minyak
059	Vestimenta tradicional femenina en el condado de Gyezil
069	Botas tibetanas de Minyak
075	Vestimenta tradicional Bakgo

093	Vestimenta y accesorios femeninos en Larima
105	Peinado y vestimenta femeninas en la zona agrícola de Dawu
115	Peinado masculino en Nyarong
123	Peinado de mujeres del Alto Nyarong
133	Vestimenta y accesorios de los tibetanos Minyak de Shebmae Dzong
145	Vestimenta y accesorios de los tibetanos Ersu de Shebmae Dzong
155	Vestimenta y bordados Lan'an
165	Glosario

འདྲ་པའི་བུད་མེད་གྱི་གོས་རྒྱུན།

Ropa y accesorios de
la mujer Drapa





① མེ་ཏོག་མེ་ལོང་།
Metok-melong

② མགོ་འབྲེན།
Godren

③ སྒྲ་ལག་ག།
Tagak

④ ལྷོ་དགེ།
Totri

⑤ སྒྲ་ལོང་།
Lotreng

⑥ ལྷུག་ས་ཡུ་སྒྲུ་ག།
Chakye-gyeka

⑦ ཆབ་མ།
Chabma

⑧ བལ་དེས།
Beldi

⑨ སྒྲེད་བཅིངས།
Gea-chen

⑩ ཡེད་ཅིང་རིས།
Yejanri

La región de Minyak Drapa perteneció originalmente al condado de Gartar antes de que la prefectura de Garze se dividiera en veintiún condados. Desde 1978, Minyak Drapa se encuentra dividida entre los condados de Dawu y Nyagchu. El Alto Drapa se asignó al condado de Dawu, mientras que el Bajo Drapa quedó bajo el condado de Nyagchu. El valle de Drapa tiene una altitud promedio de unos 2720 metros y se caracteriza por un clima templado frío propio de un valle de montaña. En el pasado, el sustento de los residentes de Drapa lo proporcionaban la ganadería y el pastoreo, pero en la actualidad la mayoría de las familias se dedican principalmente a la agricultura.

El valle de Drapa es el hogar del pueblo Drapa. Hay tres explicaciones para el origen del nombre “Drapa”. El primero afirma que los residentes locales vivían originalmente bajo acantilados y se les llamaba “Dragpa”, nombre que posteriormente evolucionó fonéticamente a “Drapa”. El segundo indica que la zona estuvo plagada de bandidos que aterrorizaban a la población local y por eso la llamaban “Drapa”, que significa “lugar donde habitan enemigos que dañan a la gente”. Según la tercera explicación, los residentes locales creen ser descendientes del clan Dra, por lo que llamaron a la zona “Drapa” en honor a su linaje ancestral. Hoy en día, “Drapa” se ha convertido en el nombre comúnmente reconocido de esta región.

Beldi

Antiguamente, al igual que en otras regiones del Tíbet, tanto hombres como mujeres del valle de Drapa vestían tradicionalmente túnicas de cuero en invierno y ropa de fieltro blanco en verano. Entre ellas, destaca una distintiva túnica larga, plisada y sin mangas, usada por las mujeres, llamada “Beldi” o “La’té” en el dialecto de Drapa. Este diseño sin mangas no solo está estrechamente vinculado con el entorno natural local, sino que también encarna elementos valiosos de la mitología popular.

En el dialecto Drapa, la ropa que se usa en la parte inferior del cuerpo se llama “Di”. El Beldi es comúnmente usado por las mujeres durante el verano, además de ser el atuendo formal para los principales festivales o ceremonias. La calidad del Beldi generalmente se evalúa por los materiales utilizados, la técnica de tejido y la presencia de la cintura Gea-chen y patrones arcoíris. Basándose en estos criterios, el Beldi se clasifica en varios grados de calidad: el más alto es el Trukpo Beldi, seguido del Sertik Beldi, el Dra-nyi Beldi, el Naknak Beldi y finalmente, en el rango más bajo, el Pudi Beldi. En el dialecto Drapa, “hri hri” significa amarillo, “nyi nyi” significa rojo y “nak nak” significa negro. “Gea-chen” se refiere a las tiras decorativas en el dobladillo del Beldi, hechas de tela de lana amarilla Truk o Nambu, parecidas a parches laterales.

Un atuendo formal completo de mujer Drapa incluye el Beldi, el Tagak, una prenda superior, una blusa, botas tibetanas, etc. y accesorios como el tocado Metok-me-long, pendientes, adorno de cintura Lotreng, pañuelo de cintura Totri, una daga Lodre, joyas Chabma y estuche de costura.





El Trukpo Beldi es muy apreciado en la región de Drapa. Sirve como prenda formal durante celebraciones folclóricas especiales, como la danza religiosa Mani y los principales festivales. En el dialecto drapa, “Trukpo” se refiere a Truk, y como su nombre indica, el Trukpo Beldi está hecho de Truk. Su panel trasero se crea uniendo cinco colores diferentes de Truk estampado, formando treinta y seis pliegues, lo que le da una apariencia vibrante y magnífica. Al guardar la prenda, se requiere especial cuidado para evitar que los pliegues se deformen y la prenda pierda su forma. Por eso cada pliegue debe ordenarse y alinearse cuidadosamente uno por uno. Los extremos superior e inferior de la túnica se cosen con hilo. A continuación, la prenda se ata en una tira larga y se guarda en un armario. Todo el proceso de almacenamiento es extremadamente complejo, puede llevar hasta un día entero para quienes no tienen experiencia.



El Sertik Beldi es una túnica hecha de Nambu negro local y Truks amarillos. No solo presenta patrones de arcoíris en hilos blancos, amarillos, rojos y verdes, sino que también tiene cinco cinturillas decorativas, conocidas como “Gea-chen”, en el dobladillo inferior. Estos patrones multicolores de arcoíris simbolizan elementos naturales como el cielo azul, las nubes blancas, la tierra y los cinco elementos, además de tener una función decorativa. El Gea-chen está hecho de Truk amarillo con patrones en forma de cruz, procedente de la región de Lasa. Durante ceremonias y festivales, el Sertik Beldi es un atuendo excepcionalmente formal.

El Dra-nyi Beldi es una prenda formal tejida con Nambu de producción local. Su calidad es ligeramente superior a la del Naknak Beldi, pero inferior a la del Sertik Beldi. Antes de que el Sertik Beldi y el Trukpo Beldi se popularizaran, el Dra-nyi Beldi era la prenda más lujosa. Presenta cinco Gea-chen amarillos elaborados con Nambu, tejido y teñido localmente, y los patrones de arcoíris horizontales son ligeramente más estrechos en comparación con los del Sertik Beldi.

El Naknak Beldi se elabora con Nambu tejido localmente. Sus procesos de confección y teñido son relativamente sencillos, con solo tres Gea-chen, también tejidos a mano localmente y teñidos de amarillo.

El Pudi Beldi es una túnica sin mangas sin teñir que se usa típicamente en las labores cotidianas. Es la forma más antigua de Beldi y uno de los primeros tipos de vestimenta cotidiana en la región de Drapa.

El Beldi de una mujer generalmente requiere unos 12 brazos de largo de Nambu. Este Nambu se elabora con lana de origen local mediante procesos como el hilado y el tejido. Una vez tejido, el Nambu se coloca sobre una gran losa de piedra con fuego debajo, se rocía ocasionalmente con agua tibia y se pisa. Este proceso suele durar aproximadamente un día, asegurando que el Nambu se vuelva más compacto y suave al tacto.

La región de Drapa ha contado con exquisitas técnicas textiles y de teñido desde la antigüedad. El Nambu, hecho de lana de oveja negra, tiene de forma natural un ligero tono amarillo, por lo que no suele requerir teñido adicional. El Nambu blanco, en cambio, se tiñe colocándolo en un pozo de barro sin tocar, dejándolo en remojo durante unos diez días hasta que adquiere un color rojo oscuro. Para teñir el Gea-chen, el Nambu se remoja repetidamente en agua de ruibarbo hervido. Una vez teñido, se saca del pozo, se extiende y se deja secar en lugares como los aleros de las casas.

La longitud de un Beldi suele ser de unos siete o siete palmos y medio. Es relativamente más pequeño en comparación con otras prendas, lo que resulta cómodo para quienes se dedican a labores agrícolas.



Independientemente del tipo de Beldi, un par de piezas de tela triangulares idénticas siempre adornan el centro del cuello exterior. Este detalle se llama “Nyaye”. En su origen, se creó cuando un pequeño trozo de tela del cuello no se cortaba durante la costura del Beldi y en su lugar se doblaba hacia atrás. El Nyaye simboliza la preservación de la buena fortuna al estrenar ropa, ya que la creencia popular considera que cambiarse de ropa con frecuencia puede hacer que se pierda este mérito. Por lo tanto, el Nyaye no es solo una decoración estética, sino también la personificación de las costumbres y valores tradicionales.

En el pasado, tejer una prenda solía requerir mucho tiempo, y las materias primas no eran tan fáciles de conseguir como hoy, lo que hacía que la oportunidad de estrenar ropa fuera muy escasa. Por lo tanto, se pensaba que poder estrenar ropa no era algo tan común, sino algo que requería mérito. Por ello, apreciaban especialmente la oportunidad de estrenar ropa.

Tradicionalmente, los Drapa celebraban un sencillo ritual tras confeccionar ropa nueva, que consistía en colocarla primero sobre un pilar antes de que el dueño se la pusiera. Esta práctica era para asegurar que la buena fortuna de usar ropa nueva no disminuyera, sino que siguiera creciendo. Creían que ponerse ropa nueva directamente podía llevar a perder la buena fortuna si volvían a usarla, así que hacían que el pilar la “usara” primero. Esta costumbre no es exclusiva de la región de Drapa, ya que existen tradiciones similares en otros lugares.

Tagak

El Tagak es una prenda corta que se usa sobre el Beldi, confeccionada con Nambu local sin teñir, hecha de lana de oveja blanca, con un colorido ribete Nambu o Truk alrededor del cuello. El cuello y los dos extremos de la abertura frontal están diseñados para extenderse ligeramente más allá de la prenda, formando un espacio hueco para guardar agujas e hilo. En el dobladillo inferior de la espalda, se bordan tres franjas horizontales con motivos de arcoíris, con borlas de lana colgando debajo. Los puños están cosidos con una tela azul de un palmo de ancho y bordados con un patrón de esvástica, que sirve tanto para evitar la suciedad como para añadir un toque decorativo.



La forma de llevar el Tagak es bastante peculiar. Normalmente, no se usa la manga derecha; en su lugar, se quita y se coloca sobre el codo, o durante el trabajo se pasa por debajo de la axila derecha y se mete en el cinturón delantero. Antiguamente también había Tagak hechos de Truk rojo con ribetes de piel de nutria en los puños, pero hoy en día la mayoría se hacen de Truk estampado con ribetes de brocado en los puños.



Tocado

La principal diferencia en la vestimenta entre el Alto Drapa y el Bajo Drapa reside en su tocado. Las mujeres del Alto Drapa se trenzan el cabello con hilo rojo unido a una trenza de tres cabos y cae por la espalda. Llevan un fino cabo trenzado a cada lado de la frente, adornado con hilos de bolas llamados “Godren”, que atraviesan la trenza trasera y cuelgan. Las mujeres del Bajo Drapa también usan hilo rojo trenzado para crear una trenza de tres cabos que les cae por la espalda, pero además llevan un tocado especial de plata llamado “Metok-melong”.



El Metok-melong, inicialmente pequeño y delicado, se ha vuelto grande y vistoso. Consiste en placas de plata de diferentes tamaños con incrustaciones de coral. La placa de plata en la parte superior de la cabeza simboliza el sol, mientras que la de la nuca representa la luna. Las pequeñas placas y anillos de plata alternados por debajo simbolizan las estrellas. Como con este tocado da la impresión de que el sol está sobre la cabeza y la luna se apoya en la nuca, también se le conoce como el “tocado de sol y luna”.





Lotreng

El Lotreng es un accesorio llamativo, de una longitud que permite dar tres vueltas a la cintura. Antiguamente se elaboraba con cuero de yak como base, adornado con conchas gigantes de almeja en forma plana, redonda o de cuentas. Estas conchas se ensartaban en finos cordones de cuero y se fijaban a la base de cuero. Actualmente, la base del Lotreng está hecha principalmente de cuero rojo de fábrica, y las conchas gigantes de almeja se han sustituido por productos de plástico.

La cabeza del Lotreng se decora con un nudo circular de bronce llamado “Chakye-gyeka”, y sus dos extremos están adornados con dos bolas rojas que flanquean una turquesa. Para llevarlo, primero hay que apretar el cinturón y luego envolverlo con una tela plana, de aproximadamente un palmo de ancho. Esta tela se llama localmente “Totri”. El Lotreng se enrolla tres veces alrededor del Totri para asegurarlo. Se dice que usar el Totri no solo evita que el cinturón se afloje, sino que también facilita la colocación del Lotreng.

En el pasado, las mujeres Drapa debían llevar el Lotreng en todo momento. Si una mujer no lo llevaba, solía indicar que había ocurrido un evento desafortunado, como la pérdida de un familiar. Cuando los esposos regresaban a casa después de una larga ausencia, primero comprobaban si sus esposas llevaban el Lotreng para asegurarse de que todo en casa estuviera bien. Por lo tanto, no llevar el Lotreng también era señal de duelo, cuya duración variaba según la relación entre quien lo llevaba y el difunto. Si el difunto era un padre o un esposo, la mujer no llevaba el Lotreng durante tres años, si se trataba de un niño menor de tres años, el período de duelo duraba un año, y si se trataba de un bebé duraba cuarenta y nueve días.

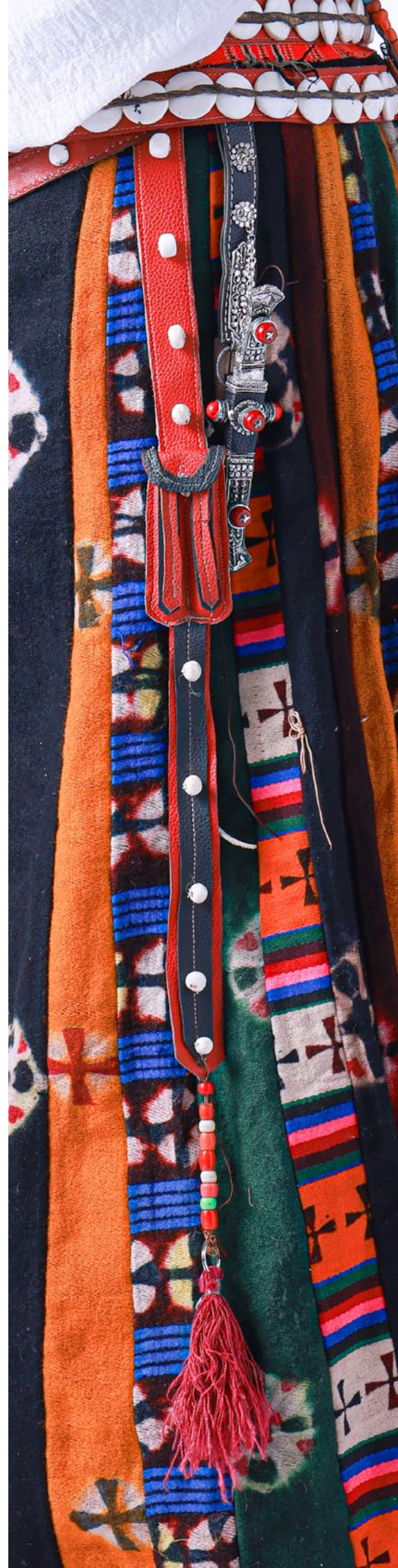
Chabma

En idioma drapa, al accesorio conocido como Lozung se le llama “Chabma”. Si bien en muchas regiones se usan Lozung por pares, las mujeres Drapa suelen llevar solo uno en el lado derecho del cuerpo.



Del extremo del Lozung cuelga una borla doble de caracolas y bolas llamada “Yejanri”, que se cuelga en diagonal y se mete en el cinturón por la espalda. Por otro lado, las mujeres Drapa llevan un cuchillo Lok-dri y un estuche de agujas en el lado izquierdo del cuerpo.

Drapa, con su singular entorno geográfico, ha desarrollado una cultura vibrante y diversa que abarca dialectos, costumbres, gastronomía, vestimenta, arquitectura y cerámica, convirtiéndola en un tesoro cultural que atrae a académicos de todo el mundo. Entre ellos, destaca su cultura de la vestimenta, con exquisitas combinaciones de colores y estilos de vestir peculiares que exhiben un valor estético único. Sin duda, es un espectáculo incomparable en el valle de Drapa.





མི་ཞག་བུད་མེད་གྱི་མགོ་རྒྱུ།

Tocados de la mujer

Minyak





- | | | | | |
|---|--|---------------------------------|--------------------------|------------------------------------|
| 1 ལྷ་རུ་རྒྱལ་མེའི་
ལག་ལ། རྟོག་
Corona de ramas de coral | 2 རྟོག་སྐྱོར།
བུམ་བ།
Base de apoyo | 3 སྐྱོས་ཤེལ།
Corona de ámbar | 4 སྐྱོས་ཤེལ་མཐའ་སྐྱོར། | 5 སྐྱོས་གདན།
Apoyo del ámbar |
| 6 ཇམ་མོང་མེ་རྟོག་
Aros florales | 7 རལ་བ།
Trenza trasera | 8 བ་སྟོ།
Aro de marfil | 9 རྩ་བུང་།
Pendientes | 10 སྐྱེ་སྐྱོག་
Cierre de cuello |
| 11 ཅོར།
Borla del pendiente | 12 ཇབ་མ།
Chabma | 13 སྐྱོ་བུང་ས།
Lozung | 14 སྟོ་ལ།
Sola | 15 རལ་ཅོར།
Raltsor |

El tocado tradicional que usan las mujeres Minyak se llama “Go-cha”. Es un accesorio especial que usan en ocasiones importantes, como ceremonias religiosas y bodas, las mujeres Minyak de las zonas del condado de Dawu y en la ciudad de Dartsedo, en la prefectura de Garze, provincia de Sichuan. En el condado de Dawu, estas zonas incluyen las ciudades de Palme y Gartar, los municipios de Mukrong y Nagtren, así como Serka con sus aldeas de Alto Champa, Tsa’nyak y Geshe. En Dartsedo, abarca los municipios de Lagang, Ra’ngaka y Gagpa, así como la aldea de Bajo Champa y otras zonas. Las mujeres usan el Go-cha en esta región que se extiende desde las faldas de Mejae Ka hasta las cimas del monte Gyela.

El Go-cha consta de varios componentes, como corona de ámbar, aros florales, aros de marfil, trenza trasera, borlas trenzadas, pendientes, broches para el cuello y otros elementos.

En las zonas rurales, antes de usar el tocado de corona de ámbar, las mujeres se arreglan cuidadosamente la trenza trasera en un proceso conocido localmente como “Lepa Len”. Primero, dividen el cabello en secciones superior e inferior, trenzando la mitad superior en una trenza de tres cabos, llamada “trenza pequeña”. Luego, combinan esta trenza pequeña con la mitad inferior restante del cabello y las entrelazan en otra trenza de tres cabos. Finalmente, esta trenza se une en la nuca con una trenza lateral delgada del lado izquierdo de la cabeza, lo que permite la colocación de la corona de ámbar.

El Go-cha se puede usar de dos maneras diferentes: una combinando aros florales y aros de marfil, y la otra emparejando hebras de ámbar con aros de marfil. Al usarlo, todas las trenzas finas se dividen en manojos izquierdo y derecho, cada uno trenzado en conjuntos de tres hebras con hilos de colores unidos a los extremos. Luego, se colocan aros de marfil en ambas trenzas, seguidos de aros florales o hebras de ámbar. Las dos trenzas se cruzan en la nuca y se enrollan hasta la parte superior de la cabeza, colocando los aros de marfil cerca de las orejas, mientras que las hebras de ámbar o los aros florales se envuelven alrededor de la línea del cabello. En comparación con el Gopho de ámbar y coral, las trenzas son más pequeñas y delicadas. Dependiendo de su situación financiera, las mujeres pueden optar por usar diferentes cantidades de aros florales o decoraciones de ámbar, generalmente entre dos y seis pares.



Aros florales

Los aros florales son de plata, similares a los anillos para dedos, con incrustaciones de coral, que se usan para ensartar en trenzas. Antiguamente, las mujeres también llevaban un pequeño disco de metal en el centro de la corona, con incrustaciones de coral similares a modo de decoración.

Hoy en día, ya no hay reglas estrictas para la cantidad de aros florales, y la mayoría son de oro. Estos aros tienen diversas formas: algunos se asemejan a sillas de montar y se llaman “Tagama”, mientras que otros se asemejan a morros de cerdo y se conocen como “Trachikma” o “Pagnama”, con sus bordes rodeados por un círculo de finas cuentas de plata. Antiguamente, las mujeres de zonas agrícolas usaban menos aros florales que las de regiones nómadas. En la actualidad, las mujeres pueden elegir la cantidad y el estilo de sus aros florales según sus preferencias personales y su situación económica.





Aros de marfil

Hay dos aros de marfil ensartados en las trenzas y que cuelgan junto a las orejas. No solo sirven como decoración, sino que también se cree que ayudan a prevenir enfermedades relacionadas con la sangre. Tradicionalmente, estos adornos solían ser pequeños y ligeros, pero hoy en día se prefieren estilos más elaborados y pesados para los atuendos ceremoniales.

Trenza trasera

La trenza trasera generalmente hace referencia a la que sale de la parte superior, pero en este caso se refiere específicamente a las dos trenzas que cuelgan en la espalda, adornadas con ámbar y marfil, o con aros florales y de marfil. Se trenzan con hilos de lana de diferentes colores, como rojo, verde y negro.

En algunas regiones, si se añaden hilos verdes a los extremos de la trenza, se considera un signo de luto. En lugares como Nagtren, los extremos de la trenza también pueden adornarse con borlas de seda multicolor llamadas “Raltsor”.

Pendientes

Los pendientes que usan las mujeres Minyak tienen una forma única, que se asemeja a grandes granos de cebada con borlas colgando de los extremos. Según un dicho local, “los pendientes son como la purba”, lo que demuestra su gran valor y refleja su papel esencial como accesorios para llevar el Go-cha.

Además, las mujeres también pueden optar por otros pendientes de oro o plata, conocidos como “Lungtang” en tibetano.

Cierre de cuello

El cierre de cuello consta de tres copas de plata, siendo la central significativamente más grande que las dos laterales. Cada medallón de plata tiene un coral incrustado en el centro. Antiguamente, se utilizaba lacha (goma laca) para unir estas piedras preciosas.

Hay dos maneras de llevar el cierre de cuello: una consiste en sujetarlo alrededor del cuello con una cinta de brocado con ribete dorado, mientras que en la otra se fija a ambos lados del cuello de la camisa como si fueran botones, con un simple cierre. Sin embargo, este último estilo es poco común hoy en día. En las costumbres matrimoniales de esta región, un elogio tradicional para la dote señala: “coral rojo brillante en un broche dorado reluciente”, refiriéndose específicamente al broche del cuello.





Go-cha en regiones agrícolas

En zonas agrícolas como Palme y Gartar en Dawu, así como Lagang y Ra'ngaka en Dartsedo, las mujeres usan un tipo de pañuelo conocido como "Ade" o "Pakre". Después de envolverlo, lo decoran únicamente con aros de marfil y florales.

La pañoleta es una prenda que las mujeres envuelven alrededor de la cabeza con mechones de cabello trenzado, protegiéndolas del sol en verano y abrigándolas en invierno. Antiguamente, los pañuelos negros se usaban para el trabajo, mientras que los de seda tussa se usaban para ocasiones formales como bodas y celebraciones. Hoy en día, los pañuelos vienen en una gran variedad de colores y materiales. En invierno, las mujeres suelen elegir pañuelos con una capa exterior de brocado y un forro interior de piel de cordero o piel sintética, mientras que en verano prefieren materiales como el Truk y el Nambu.

Hay varias maneras de llevar una pañoleta: se puede doblar horizontal o verticalmente sobre la cabeza, o llevarlo con el extremo colgando por la espalda.





Además, a las mujeres les gusta combinar el Go-cha con sombreros “Gyendruk” o sombreros de bolsillo como complemento. En las zonas cercanas a Ra’ngaka, las mujeres también pueden optar por usar sombreros “Retrongzi” con el Go-cha en bodas y otras ocasiones formales.

Otras prendas y accesorios

En las zonas pastorales de estas regiones, las mujeres suelen colgar bolsas de sal, bolsas de agujas y “Sola” —una herramienta para atar las patas del ganado— en el extremo derecho del Lozung. En el lado izquierdo, llevan una bolsa de hilo llamada “Loril”, diseñada específicamente para guardar dedales e hilos.





Sin embargo, las mujeres de las zonas agrícolas prefieren adornarse con Lozung, “Chabma” y cadenas de plata. Cuando llevan un Chabma con cinco medallones de plata, también cuelgan un adorno de plata llamado “Chawo” de sus cinturones.

Las mujeres Minyak también se adornan con aros de marfil combinados con aros de ámbar o florales para mostrar su elegancia. Siempre que escuchan enseñanzas budistas o visitan a maestros espirituales, llevan sus dos trenzas al frente y dejan caer la manga derecha desde el hombro en gesto de reverencia.

En el pasado, la ropa amarilla o amarilla y roja se consideraba tabú para las mujeres, y solo se permitía la ropa azul y negra. En la vida diaria, los hombres solían usar túnicas blancas de fieltro, mientras que las mujeres preferían túnicas negras o rojas de lana de yak, combinadas con una blusa roja o rosa debajo. Rara vez se usaban adornos de oro, ya que se creía que usar joyas de oro disminuía el mérito personal. En su lugar, el oro se usaba principalmente para ofrendas, más que como adorno personal. Sin embargo, actualmente la gente elige su ropa y accesorios basándose más en sus preferencias personales, y los tabúes tradicionales ya no son tan estrictos.



El Go-cha, un tocado tradicional único de las mujeres Minyak, con su ingenioso diseño y exquisita artesanía, muestra las cualidades sinceras, sencillas y dignas del interior de estas mujeres. También refleja las distintivas aspiraciones estéticas de las mujeres Minyak.



A woman is shown in profile, facing right, wearing traditional Ra'le clothing. She has long, dark hair adorned with a red and yellow headpiece. Her outfit consists of a maroon robe with a white fur collar and cuffs, a colorful striped skirt, and a wide, ornate belt with silver and red details. She is also wearing multiple necklaces of orange and red beads. The background is solid black.

ར་ལེ་བུད་མེད་ཀྱི་གོས་རྒྱུན།

Atuendo tradicional de
la mujer Ra'le



1 ལྷ་རུ་རྒྱལ་མའི་
ལག་ལ། ཉོག་ཐེ།
Corona de rama
de coral

2 མགོ་སྒྲིམ།
Gopho

3 རལ་བ།
Trenza tra-
sera

4 རྩ་ལུང་།
Pendientes

5 ཁ་ལི།
Chale

6 སྒྲིམ་རྒྱ།
Collar

7 རྩ་སྒྲིམ་ལོག་སྒྲིམ།
Trenzas de sien

8 གཤུ།
Amuleto Ga'u

9 སྒྲིམ་རྒྱ།
Tradrog (com-
plemento de coral
para el pelo)

10 བར་སྒྲིམ།
Wardrog

11 དངུལ་མེད།
Ngulmed (cin-
turón de mone-
das de plata)

12 ལག་གཤུབ།
Pulsera

13 ལ་སྒྲེ།
La'gae

14 སྒྲིམ་རྒྱ།
Lozung

15 སྒྲིམ་རྒྱ།
Bolso

16 རྩ་ལུང་།
Bolsa de sal

Los Ra'lewa fueron una tribu única, pero ahora se encuentra dividida en dos ramas. La rama superior, conocida como la aldea Ra'le Topa, se ubica en Chakkung Yulshok, en el condado de Dawu, mientras que la rama inferior es la aldea Ra'le Mepa, situada en Lagang, en el condado de Dartsedo. A pesar de su separación geográfica, no existen diferencias en la vestimenta ni en los estilos de ornamentación entre estos dos grupos, y ambos se dedican principalmente al pastoreo nómada.

Si bien la vestimenta en esta región no difiere significativamente de la de otras zonas tibetanas, sus ornamentos decorativos son bastante diferentes, especialmente para ocasiones formales como ceremonias religiosas y bodas. Los principales componentes de su atuendo tradicional incluyen el adorno para la cabeza (Gopho), las decoraciones de coral para el cabello, el adorno para la cintura y el Pangden.

Gopho

El Gopho es un adorno que se fija a la cabeza de la mujer, sujeto con finos cordones de piel de ciervo almizclero que se atan firmemente al cabello en la parte posterior de la corona. El adorno consta de una rama de coral o “tae”, una base de apoyo, la corona de ámbar, un borde de ámbar y un cojín de ámbar. La trenza de la corona se elabora tomando una sección circular de cabello de la coronilla, que se divide de catorce a veintidós mechones, según la cantidad de cabello, y se trenza en una hilera plana. Además, se toma un mechón de cabello de encima de cada oreja y se unen en una trenza del mismo grosor que la trenza de la corona, llamada “Toli”. Antiguamente, en las bodas se ataba hilo de lana blanca hecho a mano a los extremos del Relba y el Toli como símbolo auspicioso. En la actualidad es más común usar hilo industrial.



En comparación con otras regiones, el método de trenzado de las mujeres Ra'lewa es más complejo y laborioso. Tras completar la trenza de la corona, el resto del cabello se peina cuidadosamente y se une en varias trenzas pequeñas de tres cabos, llamadas “trenzas planas”. El cabello cerca de cada oreja se une en trenzas ligeramente más gruesas que las trenzas de borla, llamadas “trenzas de sien”. Se ata un manojito de hilos de lana de colores al extremo de cada trenza de sien y se ata ligeramente por detrás para evitar que el cabello cubra el rostro.

Las dos trenzas frontales, a ambos lados de la frente, se unen en las sienes formando el “Tsae”. Se dice que no trenzarlas juntas traería mala suerte, por lo que deben estar bien unidas. Luego, las pequeñas trenzas con borlas que cuelgan por la espalda se prolongan con hilo negro, que se divide en dos manojos y se envuelve con hilo de colores. Finalmente, los extremos de las trenzas se unen en tres hebras con hilo de tres colores. Los dos manojos de trenzas se sujetan bajo el cinturón y se decoran con borlas de seda de colores.

La rama de coral en la parte superior de la pieza de ámbar es un coral natural, sin procesar, extraído del fondo marino, y es un elemento esencial del tocado de ámbar. Tradicionalmente, se consideraba que las ramas de coral de mayor calidad eran rosas, con patrones claros como huellas dactilares, una base gruesa y abundantes ramificaciones.

La base de apoyo, también llamada Wumpa, se coloca para que la pieza principal de coral sea más prominente y estable. Suele estar hecha de plata con forma de reloj de arena, aunque a veces se utilizan pequeñas piezas de ámbar como sustitutos.

La corona de ámbar es una gema formada a partir de resina que ha evolucionado bajo tierra durante muchos años. La tradición de usar ámbar como decoración proviene de sus supuestos beneficios para la salud. Según los ancianos locales, el ámbar se considera un tesoro auspicioso y maravilloso desde la antigüedad. El mejor ámbar suele ser de tono naranja con patrones en forma de nube. Las formas pueden ser redondas como una manzana, achatadas como un nabo o cuadradas. Las mujeres de esta zona rural creen que la corona de ámbar debe combinarse con otros complementos para la cabeza. Usar ámbar también puede hacer que las personas se sientan felices y llenas de energía, de ahí el dicho: “Con la corona de ámbar, la risa nunca cesa”.

En el pasado, debido al uso frecuente de coronas de ámbar pesadas, las mujeres solían experimentar pérdida de cabello, llegando incluso a la calvicie. Sin embargo, este fenómeno se consideraba un símbolo de riqueza familiar según la tradición local.

El borde de ámbar es un elemento decorativo que rodea el lateral del cojín de ámbar y presenta dos círculos de bolas. Según la posición económica de quien la lleva, el círculo superior suele estar ensartado con bolas de coral o rojas, mientras que el inferior está hecho de bolas azules o rojas importadas de la India.

El cojín de ámbar está diseñado para fijar la corona en su lugar. Está hecho de fieltro blanco redondo envuelto en lana roja Nambu. El cordón de cuero de ciervo almizclero que atraviesa el centro del ámbar, pasa por el cojín y se ata firmemente a la trenza de la corona.



Tradrog

El Tradrog es un complemento de coral para el cabello que consta de tres hebras largas de coral intercaladas con ámbar. Los extremos se unen a las trenzas de la sien izquierda y derecha, mientras que el resto cuelga libremente por la espalda. La hebra central de ámbar y coral se conoce localmente como Chale (ཁྲ་ལེ་), y se fija a la trenza de la corona mediante un conector de plata similar a una moneda llamado “Shangchong”. Según cuentan, cuando antiguamente una mujer se casaba, existía la costumbre de añadir una concha gigante al Shangchong para atraer fortuna. El Chale central y los largos complementos de coral para el cabello a ambos lados, se unen horizontalmente en la espalda mediante dos hilos de coral, llamados Wardrog.

Durante el trabajo cotidiano o al llevar cargas pesadas, las mujeres suelen enrollar todos los adornos y trenzas de coral alrededor de la cabeza para facilitar el trabajo y proteger su tocado. Antiguamente, también existía un complemento para el cabello llamado Relwa, hecho con tela de lana Nambu tibetana y decorado con varios escudos de plata. Sin embargo, este tocado se ha extinguido y solo se conserva una descripción oral.





Complementos para la cintura

El complemento para la cintura consiste en un La'gae y un cinturón de monedas de plata llamado Ngulmed. El La'gae tiene un aro hueco en un extremo, a través del cual se ensartan varios aros, generalmente en forma de flor o de silla de montar, con un círculo de marfil insertado entre dos aros. La mayoría suelen estar formados por ocho aros y cuatro círculos de marfil, así como un anillo de jade en cada extremo.

El cinturón de monedas de plata Ngulmed es una banda decorativa conectada al La'gae, tachonada con casi treinta monedas de plata. Se usa enhebrando el cinturón a través del aro hueco del La'gae y dejándolo colgar libremente por delante. Luego, el Ngulmed se envuelve dos veces alrededor de la cintura con sus extremos metidos en el cinturón para asegurarlo. Antes de que el Ngulmed se popularizara, existía la tradición de usar un colorido adorno de lana para la cintura llamado "Lakchi".



Delantal Pangden

En esta región, al delantal Pangden se le llama Tewa o Tetra, al igual que en otras zonas tibetanas. Se elabora meticulosamente con hilo de lana mediante procesos de teñido y tejido. El centro del Pangden presenta un diseño similar al dintel de una puerta, llamado Thong, que significa ventana de santuario y simboliza la joya que concede los deseos. A ambos lados del Thong se encuentran patrones triangulares formados por tiras de tela de colores azul, amarillo, rojo y morado, que simbolizan el marfil. Debajo del Thong se disponen horizontalmente tiras de tela con diseños de arcoíris en blanco, amarillo, rojo, verde, azul y morado, llamadas De'ma. La combinación de los colores rojo y amarillo representa la dignidad, mientras que la combinación de los colores azul cielo y amarillo tierra conlleva un profundo significado simbólico.

Además, la parte inferior del Pangden está decorada con borlas, cada una con una pequeña sección blanca en el centro. Esto se debe a que, durante el proceso de teñido, la parte central de la borla se ata firmemente para evitar que se tiña de rojo, preservando así el color blanco original de la lana. Se dice que elaborar un Pangden de este tipo lleva al menos diez días. También incluye una pequeña bolsa de sal, elaborada con las mismas técnicas de corte y teñido que el Pangden. Esta pequeña bolsa de sal se ata debajo del Lozung, con una borla larga colgando de su extremo.





Otros complementos

Hay tres tipos adicionales de complementos: pendientes de oro, aros de plata y pendientes Mo'na. Los pendientes de oro y los aros de plata son de oro y plata puros, mientras que la característica distintiva de los pendientes Mo'na es que cuelgan tres bolas de coral separadas por bolas espaciadoras de plata con diseños tallados, en forma de grandes granos de cebada, con borlas en el extremo.

Además de pendientes, las mujeres también usan otros complementos, como amuletos Ga'u, collares, brazaletes de marfil y Lozung, que no difieren significativamente de los de otras regiones tibetanas. Habitualmente se coloca una pequeña bolsa de sal en el extremo del Lozung derecho y una Sola en el extremo del Lozung izquierdo. Además, en la parte delantera se colocan bolsos y ganchos de ordeño.

El estilo de trenzado, el tocado, los complementos de cintura, los delantales y las bolsas de sal de las mujeres locales tienen características distintivas que las diferencian de otras regiones. Al vestir la túnica tibetana, se suben las mangas y calzan botas tricolores. Este estilo de vestir deriva de la vestimenta tradicional de la reina Drukmo, esposa del rey Gesar. Llevar este atuendo correctamente se considera una forma de hacer ofrendas respetuosas a las deidades.

Esta vestimenta ocupa un lugar importante en la cultura tibetana. En la actualidad, la vestimenta tradicional de las mujeres Ra'lewa no solo es apreciada localmente, sino también muy valorada en otras regiones. Durante festivales, celebraciones y ocasiones importantes como bodas, la gente suele optar por usar estos trajes distintivos de la región como una forma de respetar la tradición y preservar el patrimonio cultural.



མི་ཉག་སྒྲིས་པའི་གོས་བྱུང།

Vestimenta tradicional
masculina en la región
de Minyak





1 ཡང་མཁའ་
ཁྱི་མཁའ་
Yangzha /
Sombrero indio

2 སྐྱ་ལྷུག་
Trenza col-
gante

3 བ་སོའི་མཐེབ་གོར།
Aro de marfil

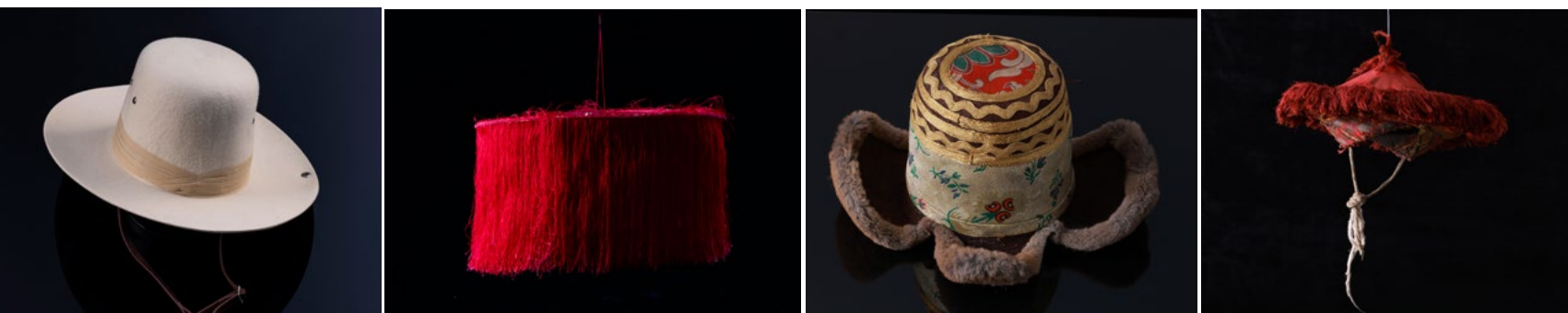
4 རྩ་ལུང་།
Pendiente

5 གཤུ།
Amuleto Ga'u

6 དབུལ་ཐག་
Cadena de
plata

7 འབྲུ་རས་དོར་མ།
Pantalones de
seda Tussa

En los municipios de Nagtren (condado de Dawu), Palme, así como Lagang y Ra'ngaka (en la ciudad de Dartsedo), la vestimenta masculina del pueblo Minyak, si bien es similar a la de la región de Kampa, presenta características locales distintivas. Un conjunto completo incluye sombrero, trenzas colgantes, tocado, collares, pulseras, ropa y botas.



Sombrero

Los hombres de Minyak suelen llevar un sombrero ceremonial llamado “Yangzha”, también llamado sombrero chino o indio. Este sombrero, con alas que se extienden hacia afuera, es muy popular en la región. Se usa no solo en ocasiones formales como bodas y Sang (las ceremonias de quema de incienso), sino también en la vida cotidiana.

Además, existe un tipo de sombrero de disco con borlas rojas llamado “Sogzha” o “Gyalzha”, que se usa en ocasiones especiales como bodas y espectáculos de danza. Se dice que este tipo de sombrero es popular en el Tíbet desde la dinastía Yuan.

Otros sombreros comunes incluyen los sombreros con flores doradas, los de piel de zorro, los de piel de lince, los de fieltro y los de lona gruesa y áspera.





Trenzas colgantes

El método para preparar la trenza colgante es el siguiente: primero, se une el cabello en una sola trenza, con una borla roja atada al final. Luego, se ensartan los aros de marfil y flores en la trenza antes de enrollarla alrededor de la cabeza. La trenza cerca de la oreja derecha se mantiene ligeramente suelta y cuelga, formando un peinado distintivo, de ahí el nombre de “trenza colgante”. La borla del final de la trenza cuelga detrás de la oreja izquierda, mostrando la dignidad y el orgullo de los hombres.

Antiguamente, el hilo de seda utilizado para hacer las borlas rojas solía contener un material llamado “Lacha” o lac, con propiedades medicinales para tratar enfermedades relacionadas con la sangre. Se creía que enrollarlo alrededor de la cabeza podía prevenir eficazmente la hipertensión y el ictus. Cuando alguien enfermaba repentinamente, se desplomaba en el suelo y echaba espuma por la boca, este hilo de seda se quemaba para producir humo que se utilizaba para impregnar al paciente, lo que facilitaba su rápida recuperación.

Además, se creía que llevar marfil y jade cerca de la piel, presionando los vasos sanguíneos, prevenía la hipertensión. Se solían decorar las correas de los estribos o las riendas de las bridas con jade para prevenir enfermedades malignas y relacionadas con la sangre.

Los hombres solían adornar sus trenzas colgantes con aros de marfil, y en ocasiones formales, ensartaban de dos a seis aros florales o simples a cada lado del adorno del marfil. En el pasado, también existía un peinado popular llamado “trenza Hor”, que consistía en muchas trenzas pequeñas, pero este estilo casi ha desaparecido en la actualidad. Al rendir homenaje a un lama o escuchar enseñanzas, los hombres dejaban caer su cabello en señal de respeto.



Pendientes

Los hombres Minyak llevan grandes pendientes de plata en la oreja izquierda, con incrustaciones de una a tres turquesas o bolas de coral. Estos pendientes se sujetan con finas tiras a la oreja para evitar que el orificio se estire y se caigan.

Llevar pendientes grandes tiene dos propósitos: por un lado demuestra prestigio y, por otro, cumple una función protectora. Según los ancianos más experimentados, estos pendientes podían proteger eficazmente el cuello durante los combates con espadas, previniendo heridas y mejorando la seguridad.



Otros accesorios

Alrededor del cuello, se llevan adornos hechos de bolas dzi y coral. El coral no solo es decorativo, sino también medicinal. En los registros médicos tibetanos, la “Píldora de Coral de Veinticinco Ingredientes” se considera una excelente medicina para las enfermedades vasculares. En ocasiones formales, los hombres también usan grandes amuletos Ga’u asegurados con bandas ornamentales de plata.

Los protectores dentales de oro o plata se utilizan para prevenir envenenamientos. En la antigüedad, cuando la nobleza realizaba pruebas para detectar veneno, se colocaba una flor de oro en un cuenco de cerámica con una píldora preciosa debajo y vertía vino en ella. Si el vino estaba envenenado, la flor de oro cambiaba de color al instante.

Según las creencias religiosas, el dedo anular contiene los “tres canales venenosos”: el deseo, el odio y la ignorancia. Por ello, usar anillos de oro o plata en el dedo anular puede prevenir enfermedades vasculares. Además, se usan anillos de marfil en el pulgar izquierdo y anillos con incrustaciones de coral o turquesa en los dedos anular e índice.

En la región, los hombres tienen la costumbre de usar pulseras de marfil. Ante el peligro de enfrentamientos con armas blancas, las pulseras de marfil pueden proteger la muñeca de lesiones. Además, se les atribuye el efecto milagroso de prevenir ictus. Se dice que cuando quien los usa pasa por lugares con aire contaminado, el marfil absorbe estos espíritus tóxicos y, a veces, incluso se agrieta.

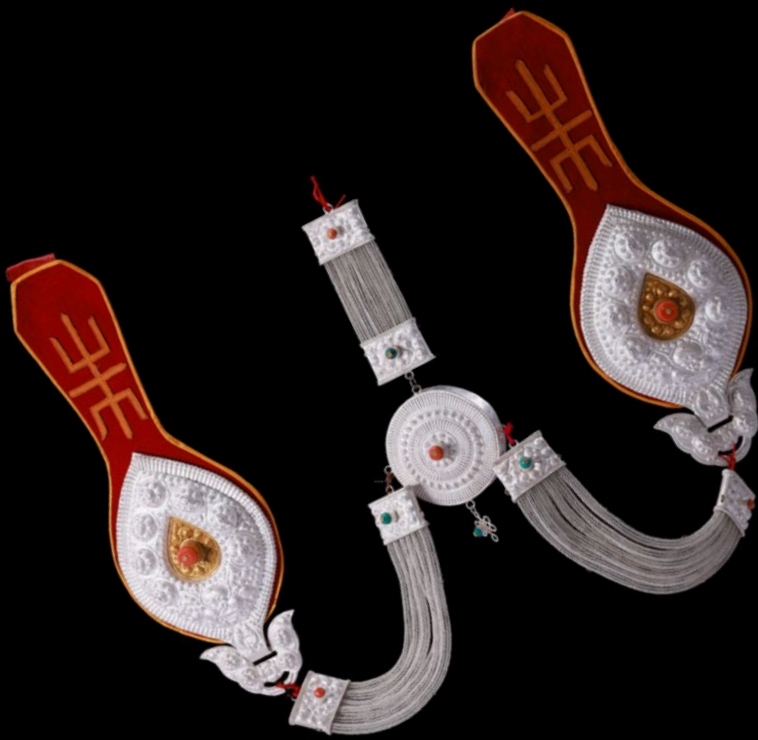
Los lugareños eligen la ropa adecuada según los cambios climáticos. En inviernos fríos, optan por túnicas de cuero para resistir el frío, mientras que en veranos calurosos, eligen lo que los lugareños llaman “La’hyepa” o túnicas de fieltro blanco. Para ocasiones formales, en invierno visten túnicas dobles con forro de piel de ciervo y cordero, o túnicas de cuero; en verano, visten túnicas Truk. Estas prendas son similares a las de otras zonas tibetanas, generalmente holgadas, con cuellos altos que eliminan la necesidad de bufandas, y con mangas largas, lo que elimina la necesidad de guantes. Además, como dice el refrán: “Al pasar la noche en las montañas, una túnica tibetana puede servir de manta”, por lo que también puede usarse como ropa de cama.



Para la vestimenta formal, los hombres usan camisas de seda de capullo con mangas anchas y largas. Para la parte inferior del cuerpo, usan pantalones holgados de algodón blanco o de seda de capullo del mismo material. Estos pantalones son extremadamente anchos y deben meterse dentro de las botas y sujetarse con correas, permitiendo que las perneras del pantalón se deslicen con naturalidad. Este estilo único de vestimenta se conoce localmente como “Dor-legpen”.

Al coser ropa, el cuello debe ser de una sola pieza sin costuras, como refleja el siguiente dicho: «Quien usa un cuello de tres costuras no prosperará». Además, si los parches laterales de la túnica no están doblados hacia adentro a ambos lados, significa que la fortuna se desvanecerá. La ropa masculina suele ser blanca y roja, y la ropa y las botas amarillas se consideran tabú. Las creencias tradicionales sostienen que los niños que usan túnicas de piel de yak benefician su salud.





Los accesorios que llevan en la cintura incluyen no solo cuchillos largos decorados con turquesa y coral, sino también encendedores, bolsas y cadenas de plata.

En los pies, calzan diversos tipos de botas, incluyendo botas tricolores, botas de cuero, botas Truk, botas Geze, botas de piel de ciervo y botas de becerro.

Las combinaciones de ropa y los estilos de accesorios de los hombres de la región de Minyak no solo demuestran su búsqueda de la belleza, sino que también reflejan profundamente su carácter firme y su amplitud de miras.





བུ་མོ་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་ལྷ་མོ་

Vestimenta tradicional
femenina en el condado
de Gyezil





1 ལྷ་ལོག་
Sombrero Sha-
lok

2 ཡ་ལོང་།
Aros florales

3 བ་སེའི་མཐེབ་གོང་།
Aro de marfil

4 ལྷ་ལ།
Bhala

5 ལྷོང་པོག་
ལྷོང་པོག་
To-bog

6 འབའ་རྩེས།
Barje
(túnica plisada sin
mangas)

7 ཡང་ལི་ཁྱི་མོ།
Yangle Chamo

8 ཆབ་མ།
Chabma

9 ཆེ་པོ།
Tsepo

El condado de Gyezil se encuentra en la parte occidental de la provincia de Sichuan y en el extremo sureste de la prefectura de Ganzi, con una altitud media de 2900 metros. Es una zona semiagrícola y semipastoral donde conviven los grupos étnicos tibetano, han y yi.

El nombre chino “Jiulong” (Nueve Dragones) deriva, según se dice, de nueve valles de la región cuyos nombres terminan en “Rong”: Gyezil Rong, Sanga Rong, Mik-o Rong, Mutik Rong, Jathang Rong, Horba Rong, Sharka Rong, Pushrek Rong y Seb-o Rong. En tibetano, el condado se llama “Gyezil” o “Ge’e Lung”, en honor a un antiguo templo en la ciudad de Tanggu llamado Templo Gyezil. La pronunciación original era “Jise” y posteriormente cambió a “Gyezil”. La zona alrededor del Templo Gyezil es conocida por sus numerosas torres de vigilancia de ocho esquinas, y “Gyezil” en tibetano significa “ocho esquinas”.

Componentes de la vestimenta tradicional

En lugares como Sanga Rong y Sharka Rong, en el condado de Gyezil, las mujeres visten ropa tradicional para las celebraciones de Año Nuevo, bodas, reuniones religiosas y otras ocasiones importantes. El atuendo completo incluye:

1. Sombrero Sha-lok
2. Tocado
3. To-bog (prenda superior)
4. Barje
5. Tsepo (delantal)
6. Chabma (cinturón)
7. Botas tibetanas

Sombrero Sha-lok

Las mujeres locales llevan un llamativo sombrero tradicional llamado “Sha-lok”, similar al “sombrero de seis joyas” de la región de Minyak. Este sombrero tiene un cuerpo largo y suele estar hecho de piel de cordero o cuero sintético. Puede llevarse directamente sobre la cabeza o doblado y colocado en la nuca, sujeto con trenzas.



Tocado

Las mujeres colocan su cabello en una trenza de tres cabos, entrelazándolos con lana roja, amarilla y rosa, y luego la enrollan alrededor de su cabeza. Para ocasiones formales, sujetan dos aros de marfil a la trenza, mientras que en la vida diaria suelen usar solo un aro de marfil detrás de la oreja derecha. También tienen la costumbre de usar aros florales como adornos. Además, después de sujetar lana roja al final de la trenza, añaden una tira decorativa de pequeñas monedas de plata y bolas rojas, amarillas y azules, que se enrolla alrededor de la cabeza como adorno.



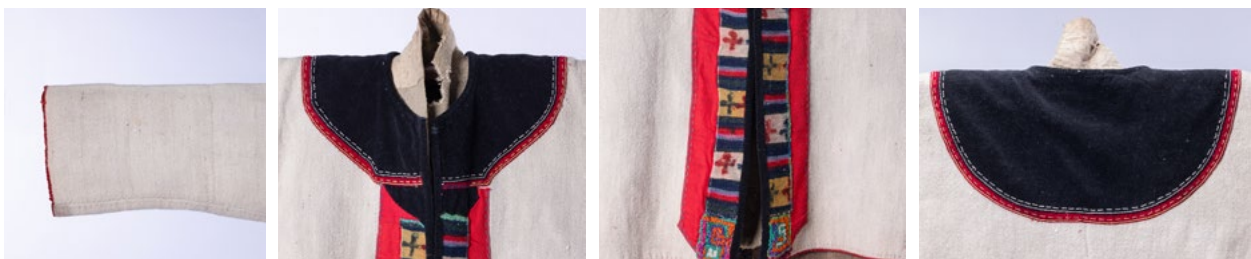


To-bog (prenda superior)

La prenda superior, conocida como “To-bog”, está confeccionada con lana blanca sin teñir. A lo largo del borde del cuello se encuentra un adorno de tela negra para los hombros llamado “Bhala”. Según la tradición local, llevar un To-bog sin este adorno se considera poco auspicioso. Los bordes de las solapas del To-bog están adornados con tela Truk de aproximadamente dos dedos de ancho, junto con un ribete de tela roja. En el dialecto local, este Truk estampado se llama “Yangle Chamo”.

Antiguamente, el To-bog se tejía con lana de corderos de un año y cada prenda requería aproximadamente 1,5 kg de lana. El proceso de producción consistía en peinar cuidadosamente la lana, hilarla y tejerla. El tejido podía realizarse en un telar tradicional o en un telar de cintura; la mayoría utilizaba este último método. Se dice que los tejedores solo podían producir alrededor de medio dom (aproximadamente medio metro) de tela al día.

Aunque las mujeres normalmente usan ambas mangas del To-bog, durante el trabajo a menudo se quitan la manga derecha y la meten en el cinturón para mayor comodidad.





Barje

El Barje es una túnica plisada sin mangas, hecha de lana de oveja en la parte superior y de pelo fino de yak en la inferior. Los laterales están cosidos con tela Truk de colores vivos, que no solo facilita el movimiento, sino que también sirve como decoración. Toda la prenda está finamente cosida con hilo negro, lo que evita el desgaste y le aporta un valor estético.





Chabma (cinturón)

El cinturón, conocido como “Chabma”, tiene una base de cuero de yak adornada con una o dos hileras de pequeñas burbujas de latón o de cobre blanco.

Hoy en día, aunque las mujeres suelen usar solo vestidos de tela Barje para actuaciones y espectáculos, muchas aún usan el Chabma tradicional con ropa tibetana moderna en su vida diaria.

Tsepo (delantal)

El delantal, conocido localmente como “Tsepo”, presenta una paleta de colores única en comparación con otras regiones. Está tejido con lana de oveja con diseños verticales de arcoíris en blanco, rojo y negro. Al estar hecho de lana de oveja común, en lugar de lana de cordero, su tacto es más áspero que el del To-bog. El delantal se tiñe con materiales vegetales locales, como raíz de coptis o tintes comerciales adquiridos en mercados.





Otros accesorios

Antiguamente, las mujeres usaban zapatos de material vegetal, que posteriormente cambiaron a botas tibetanas hechas a mano. Sus adornos personales incluyen pendientes de oro y plata, anillos, pulseras, dagas Lodre, estuches de agujas y collares de bolas blancas y rojas alternadas.

Estado actual

Hoy en día, las prendas de lana tejidas a mano y las de fino pelo de yak, como el tradicional To-bog y el Barje, son poco comunes. En su lugar, las mujeres visten versiones modernas hechas con telas blancas, marrones y estampadas que se compran en los mercados. Estos trajes tradicionales se usan principalmente para eventos culturales especiales como bodas, bailes tradicionales o representaciones artísticas, y rara vez se ven en la vida cotidiana.

Las canciones populares locales describen los procesos textiles tradicionales: “Así peinamos la lana, así hilamos, así arreglamos la lana, así colocamos las estacas, así instalamos el telar, así tejemos la tela, así cortamos los patrones, así cosemos la ropa, así la vestimos”. Otra canción popular detalla la vestimenta de las mujeres de diferentes estratos sociales: “Las mujeres nobles, las de clase media y las de clase baja se visten de manera diferente. Las nobles se visten con rapidez, las de clase media a un ritmo moderado y las de clase baja con lentitud y soltura”.

La vestimenta distintiva de las mujeres tibetanas de Gyezil, moldeada por el especial entorno geográfico y las costumbres locales, refleja su carácter diligente, meticuloso y modesto.



མི་ཉག་བོད་རྒྱུ་མ།

Botas tibetanas de Minyak





① ཁ་སྒྲེང་།
ཡ་ཡུ།
Cuello de la
bota

② སྒྲ་ཁེབས།
Costura frontal

③ སྒྲམ་པ།
བྱི་མཆེ།
Tira exterior /
Gampa

④ མོང་མོ།
Caña superior

⑤ འགག་སྒྲམ།
སྒྲ་རི།
Caña inferior /
Gakten

⑥ འངའ།
Patrón arcoiris

⑦ ལྷམ་སྒྲ།
Punta curvada

⑧ འགོག་རི།
ལྷམ་རི།
Cuarto inferior /
Gok-re

⑨ ལྷམ་མཐེལ།
རྟོག་པ།
Suela

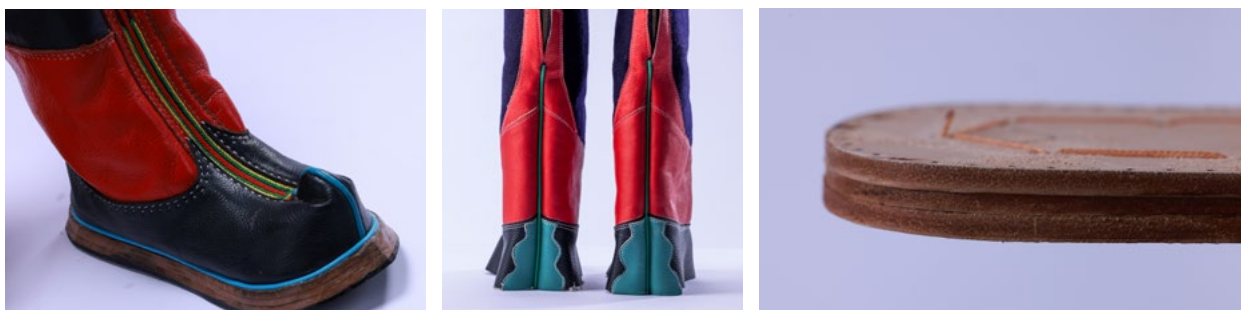
⑩ ལྷམ་སྒྲོག།
Correas
para bota

Las botas tibetanas de Minyak se dividen generalmente en tres categorías: botas para hombre, botas para mujer y botas monásticas. Estas botas no solo presentan una artesanía única, sino que también poseen un profundo significado cultural.

Los principales materiales utilizados para su fabricación son cuero, tejido y Gonam (fieltro tibetano). El cuero se divide a su vez en diferentes tipos, como cuero natural sin teñir y cuero teñido en colores como negro, rojo y blanco. Antiguamente, se utilizaba principalmente cuero natural curtido para la fabricación de calzado y rara vez se utilizaban tintes. Sin embargo, en los últimos tiempos se ha generalizado el uso de cuero ya teñido en fábrica en rojo, negro, blanco y otros colores.

En la mayoría de las botas Minyak, el cuarto inferior y la caña superior pueden estar hechos de tela, Nambu o cuero, mientras que el forro interior se hacía tradicionalmente con Nambu de fino pelo de yak. Para realzar su belleza, la costura frontal suele estar decorada con un patrón de arcoíris que alterna azul, amarillo y verde. Por ello, un proverbio local dice: «Tanto la pareja como la costura frontal deben ser hermosas, pues te acompañarán toda la vida». Las botas también presentan puntas curvadas hacia arriba y adentro, un diseño que no solo realza su estética, sino que también simboliza el afán de superación personal. Las suelas se elaboran de dos maneras principales: una con una sola capa de cuero grueso y otra con una suela de varias capas de cuero.

En la lengua de Minyak, las diferentes partes de las botas tienen nombres únicos que las distinguen de otras regiones: el cuarto inferior de la bota se llama “Gok-re”, la caña inferior “Gakten”, la tira exterior “Gampa” y el cuello de la bota “Kateng”.





La principal diferencia entre las botas de hombre y de mujer radica en si presentan un nudo auspicioso en el talón y si utilizan una suela de cuero multicapa. Si ambos elementos están presentes, son botas de hombre; si no presentan nudo auspicioso y la suela consiste en una sola capa gruesa de cuero, son botas de mujer.

Las botas monásticas, conocidas como “Regoma”, se usan típicamente durante las danzas Cham y otras ceremonias. Sus cuartos inferiores están hechos de tela o cuero blanco, con nudos auspiciosos cosidos en cuero negro a ambos lados de la punta. La caña superior está hecha de Gonam amarillo, mientras que la caña inferior y el cuello de la bota están hechos de Gonam rojo, con motivos florales y acuáticos bordados en la bota.





Para fabricar un par de botas Minyak, el zapatero necesita diversas herramientas. Además de agujas e hilo, son esenciales cuchillos, martillos, una abrazadera de madera para coser cuero, agujas de doble punta y dedales. Fabricar un par de botas suele llevar cuatro días. Para que conserven su forma, se colocan en su interior hormas de madera maciza llamadas “Lamgyong” durante unos dos días.

Los minyak no usan ropa y botas nuevas casualmente; deben pasar por rituales específicos antes de ponérselas. Al ponerse ropa nueva, rezan: “Que quien la use tenga una larga vida, que la ropa se mantenga como nueva y que todos los deseos se cumplan”. Para alejar la desgracia y los malos espíritus, también escupían sobre la ropa antes de ponérsela. Al prepararse para estrenar botas, primero las colocan en un pilar y rezan: “Por una vida larga y saludable, sin dolor, con alegría y comodidad, sin tensión; que los padres prosperen durante muchos años, que las vidas de los gurús perduren, que sus enseñanzas sean audaces; que los líderes sean fuertes y leales; larga vida a todos y que la paz prevalezca”. Alternativamente, pueden decir: “Primero, que nuestros gurús usen estas botas; segundo, que nuestros líderes usen estas botas; tercero, que nuestros padres usen estas botas; y cuarto, que todas las personas usen estas botas”. Luego, como símbolos de felicidad y buen augurio, dicen: “Que las personas estén libres de enfermedades, que el ganado se salve de la calamidad”. Al ponerse las botas, recitan: «Un punto, dos puntos, tres puntos cosidos; con tres puntos cosidos, crece la alegría. Cuando la mente está alegre, el cuerpo se mantiene radiante. Ahora bailemos con alegría y deleite. Que

todos nuestros buenos deseos se cumplan, y que los zapatos nuevos se usen provechosamente». Solo después de esta serie de oraciones y bendiciones, se ponen formalmente las botas nuevas.

Al igual que otras botas tibetanas, las botas Minyak no solo abrigan y protegen del frío, sino que también ofrecen importantes beneficios para la salud. Además, son resistentes a las mordeduras de perro y soportan golpes de piedras o palos sin causar lesiones, lo que proporciona una excelente protección para los pies.



འབག་གོས།

Vestimenta tradicional
Bakgo





1 དབུལ་ལྷ།
Sombrero plateado

2 ལཱ་ཙ།
Lantsa

3 རི་རྩོང་ཅི།
Sombrero Re-
trongtse

4 རྩུ་ལྷ།
ལྷ་ལྷ།
Sombrero Gyen-
druk / Keksha

5 སྒྲོང་འཕོག།
Prenda superior

6 ནུང་ཆབ་མ།
Cinturón de
conchas

7 འབག་གོས།
Bakgo

8 ལཱ་སྒྲོ་འཕོང་།
དབུལ་གཞོང་།
Lantsa Kekor

9 ཁབ་ཤུབས་ཁ་གཟུ།
བཅའ་ལོས།
Kab-sheb Ka-zar
/ Chawo (accesorio)

10 ལྷ་མ་སྒྲ་འབྲིལ་མ།
Botas tibetanas
de punta ele-
vada



En el pasado, el Bakgo era el atuendo diario de las mujeres en Kyage, Sabdea, Jikten, la ciudad montañosa de Gang Kar y otras regiones. Sin embargo, con el paso del tiempo, ha evolucionado gradualmente hasta convertirse en un atuendo ceremonial usado exclusivamente en ocasiones especiales como danzas Minyak Gur, reuniones religiosas, bodas y otros eventos festivos.

El atuendo Bakgo suele combinarse con diversos accesorios locales, como sombreros especiales, chalecos de piel de cabra Pashe, botas tibetanas y otras prendas. Se usan tres tipos principales de sombreros con el Bakgo: el Retrongsse, el Gyen-druk y el plateado.

Sombreros

Sombrero Retrongsse

El sombrero Retrongsse se asemeja a la corona de las cinco familias Buda. Al usarlo, se coloca plano sobre la cabeza y se fija con trenzas. Se dice que este sombrero es esencial para las bodas, donde la novia lo luce con un trozo de brocado que le cubre el rostro por completo. A veces se usa junto con el sombrero plateado. El Retrongsse también funciona como un sombrero de verano que protege del sol. Antiguamente, se hacía principalmente de paja, pero en la actualidad el brocado es lo más común. Se dice que en algunas zonas del Bajo Minyak, las novias también eligen un sombrero Hor como tocado de boda.

Sombrero Gyen-druk

El sombrero Gyen-druk, también conocido como “Kek-sha”, tiene bordes ribeteados con piel de nutria y su ala está decorada con tres franjas de Gonam rojo, amarillo y verde. El cuerpo del sombrero, similar a una bolsa, está hecho de brocado con forro de piel de cordero y es ideal para el invierno. La longitud del cuerpo del sombrero varía, aunque tradicionalmente los más largos se consideran mejores, algunos llegando incluso hasta la cintura. La decoración en la parte inferior del sombrero se llama “ojal” o “flor”, y es redonda o cuadrada, hecha de brocado en capas y Gonam, que simbolizan el sol y la luna.

Al usar el sombrero Gyen-druk, el ala se levanta a ambos lados y se fija con trenzas. El cuerpo del sombrero a veces cuelga naturalmente por la espalda y a veces se dobla sobre la cabeza.

Además, existe un tipo de tocado que rodea el sombrero llamado “Lantsa”. Utiliza Gonam rojo como relleno, adornado con pequeños tachones de plata, turquesa y coral.



Sombrero plateado

El sombrero plateado se usa típicamente en eventos religiosos, bodas y otras ocasiones especiales. La placa de plata del centro de la corona se llama “Ra’peta”, mientras que la placa de la parte posterior se llama “Burbuja de Plata”. Antiguamente, solo se incrustaba un coral grande en el centro de la Ra’peta y la Burbuja de Plata, pero hoy en día la cantidad de corales ha aumentado.



Peinados

Existen dos tipos de peinados en la región. Uno es el peinado para mujeres adultas, llamado “Trenza triple de Bodgo”, que consiste en un flequillo y el resto del cabello trenzado en una sola trenza, con hilo de lana amarilla entretreído en el extremo de la trenza y combinado con hilos de lana azul oscuro o roja. Si el hilo de lana amarilla se combina con lana azul oscuro y rosa, indica luto por el difunto. El otro es el peinado para mujeres jóvenes, llamado “Trenza triple de Gyago”, que se caracteriza por trenzar dos mechones de cabello con hilos de lana roja entretreídos en los extremos de la trenza.





Vestimenta Bakgo

El atuendo Bakgo consta de dos partes: una prenda superior y una túnica larga sin mangas. La prenda superior es una chaqueta corta hecha de Truk tejido localmente y de tela de lana llamada Nambu. Para facilitar el trabajo y mostrar la elegancia femenina, las mujeres suelen quitarse la manga derecha.



La túnica larga sin mangas, también llamada “Bakgo”, se suele usar con la prenda superior. Esta túnica larga está hecha de pelo fino de yak y lana de oveja mediante procesos de hilado, tejido y otras técnicas. Para facilitar el movimiento al caminar, los pliegues a ambos lados del vestido están confeccionados especialmente con lana blanca de oveja y lana negra de pelo fino de yak.

Inicialmente, el número de pliegues variaba según las condiciones económicas:

- El vestido de gama baja, llamado “Sulsho Ke” en Minyak, tenía solo tres pares de pliegues de lana blanca.
- El de gama media, llamado “Chosho Ke”, tenía seis pares de pliegues de lana blanca.
- El de gama superior, llamado “Shosho Ke”, tenía ocho pares de pliegues de lana blanca.

Posteriormente, los vestidos Bakgo se clasificaron según el número de pliegues: 30, 60 y 80. El Bakgo de 80 pliegues es el más refinado, con cuarenta pliegues a cada lado. Hay un dicho local sobre esta prenda: “¡Tengo un Bakgo de 80 pliegues, qué extraño que nadie quiera casarse conmigo!”.

Antiguamente, los pliegues se creaban colocando durante más de un mes tela de lana recién doblada bajo piedras o sacos llenos de cebada. El número de pliegues dependía de la situación económica de cada familia.

Con el aumento del nivel de vida, los materiales y las técnicas para la elaboración del Bakgo se diversificaron, y gradualmente evolucionó a tres tipos: Tro-ne, Zo’ne y Tsopa.



Bakgo Tro-ne

El Tro-ne es el tipo más antiguo de Bakgo, elaborado exclusivamente con lana de oveja local y pelo fino de yak. En Minyak, “Tro” significa blanco y “Ne” significa negro, de modo que el Tro-ne es un Bakgo con estampado blanco sobre negro. En algunas zonas, se le llama cariñosamente “Bakgo Kyaka”, ya que “Kyaka” significa urraca, en analogía con su coloración blanca y negra.



Bakgo Zo'ne

El Bakgo Zo'ne se desarrolló a partir del Tro-ne, y su característica más distintiva es el parche cuadrado de tela en la espalda, que los lugareños llaman “Zepo Dokdok”. A diferencia de la tela de lana blanca y negra común, el Zo'ne usa Gonam rojo brillante en el centro con Truk estampado como ribete. Tiene tres pliegues a cada lado, cuidadosamente cosidos con tela de lana tibetana roja, verde y amarilla. En Minyak, “Zo” significa rojo y “ne” significa negro, de modo que el Zo'ne es un Bakgo con estampado rojo sobre negro. Dado que el Truk debe adquirirse en la región de U-Tsang, es más valioso y sofisticado que el Tro-ne, elaborado con lana de oveja blanca local y fino pelo de yak.

Bakgo Tsopa

En cuanto al Bakgo Tsopa, tanto el Zepo Dokdok (la pieza trasera) como los pliegues laterales están confeccionados exclusivamente con Truk de colores brillantes, lo que le confiere una apariencia general más sofisticada y una mejor calidad, convirtiéndolo en un estilo muy popular. En algunas zonas, también se le llama “Bakgo Truk”.

En la región de Minyak, la vestimenta femenina se divide en dos categorías según la edad: “Meza-tsego” y “Mo’nyak-tsego”. “Meza” se refiere a las jóvenes, “Mo’nyak” a las mujeres casadas y “Tsego” representa la vestimenta. Tradicionalmente, el Bakgo era un atuendo exclusivo para mujeres, y las jóvenes no lo usaban, pero hoy en día, mujeres de todas las edades lo usan como atuendo formal.





Complementos para la cintura

Con el Bakgo, se pueden usar opcionalmente accesorios. Un complemento especial para la cintura, con una base de piel de vaca roja y conchas gigantes ensartadas, se llama “Cinturón de conchas”, que se suele usar sobre un “Cinturón Gyadra” y debe combinarse con el Bakgo.



Además, en ocasiones formales, las mujeres usan un complemento de plata para la cintura cuyo diseño difiere del de otras regiones. Este adorno está decorado con cinco cajas de plata, cada una tallada con motivos de tigre, león, garuda y dragón. A ambos lados, también llevan un accesorio llamado “Kab-sheb Ka-zar” en el dialecto local, o “Chawo” en las zonas rurales.



Pangden

Antiguamente, los delantales locales solían confeccionarse con una sola pieza de tela y solo los usaban las mujeres casadas. Ahora, independientemente de su estado civil, las mujeres pueden usar delantales con el Bakgo, y los materiales se han diversificado, incluyendo Truk, Nambu y otros.



Botas tibetanas

Las mujeres usan botas tibetanas de punta elevada. Las suelas son de cuero, la parte superior está tejida con lana de oveja, y la caña superior e inferior están hechas de lana y Truk respectivamente, de exquisita artesanía y belleza.

Lantsa Kekor

El Lantsa Kekor o Bandeja de Plata es un adorno cuadrado de plata con incrustaciones de coral, con borlas de campana de plata colgando de la base. La correa del Lantsa Kekor es similar a la Lantsa que se enrolla alrededor de la cabeza. Este complemento se lleva alrededor del cuello como un collar y llega hasta el dobladillo del vestido. Se dice que proviene de las bandejas de plata utilizadas para servir té y vino a invitados distinguidos, que gradualmente se convirtieron en artículos decorativos.



Otros elementos

En invierno, las mujeres visten túnicas de piel de cordero, mientras que en verano, eligen túnicas de lana y tela, con pañuelos alrededor de la cabeza. Además, para transportar tierra o piedras o realizar otras tareas, usan un chaleco de piel de cabra llamado “Pashe” o “Goko”.



El folclore local sugiere que “Bak” se refiere a la demonio Bakmo, y “go” a la piel, por lo que Bakgo significa “la piel de la demonio Bakmo”. Se cree que las mujeres que visten Bakgo pueden alejar a los malos espíritus. También existe una canción popular relacionada con la elaboración de Bakgo:

“Señorita Tsering Yangzom,
por favor, ayúdame a peinar la lana.

No digas que no sabes peinar,
solo ayúdame a peinar así.

Señorita Tsering Yangzom,
por favor, ayúdame a hilar lana.

No digas que no sabes hilar,
solo hila así.

Señorita Tsering Yangzom,
por favor, ayúdame a tejer lana.

No digas que no sabes tejer,
solo teje así.”

La gente canta y baila esta canción, recreando el proceso de elaboración del Bakgo a través del canto y la danza.

Los diferentes recursos naturales y necesidades de la vida han creado culturas únicas en la vestimenta, y el singular y colorido traje Bakgo ocupa un lugar destacado en la cultura tibetana.



ཐུག་ལོག་བུད་མེད་ཀྱི་གོས་རྒྱུན།

Vestimenta y accesorios
femeninos en Larima





① མགོ་སྒོ་ས།
Gopho

② རྩོག་སྒྲེ།
Togle

③ རྩོད་འཕངས།
Topang

④ རྩ་ལུང་།
Pendientes

⑤ རྩ་ལུང་།
Gyalung

⑥ གཤུ།
Amulette Ga'u

⑦ རྩ་ལི།
Chale

⑧ རྩོད་ལུངས།
Funda para el
cabello

⑨ རྩ་སྒོ་ག།
Tradrog
(accesorio de coral
para el cabello)

⑩ རྩ་བ།
Chabma

⑪ རྩ་ལུང་།
Hya-kyon
(cadena de plata
con cascabeles)

⑫ རྩ་སྒྲེ།
La'gae

⑬ རྩ་དྲེ་ས།
ལུ་ལུ་ཐེ།
Trache / Le'etae
(accesorio para el
cabello)

⑭ རྩ་དམར།
Delantal de
franjas rojas

⑮ རྩ་ཆེ་བ།
Chewa

⑯ རྩ་མ།
De'ma

⑰ རྩ་ལ།
འཕངས།
Borlas

El municipio de Larima, en el condado de Nyarong, recibe su nombre por su paisaje que evoca la imagen de un águila desplegando sus alas. Es una zona principalmente nómada donde los residentes locales se dedican a la ganadería. Cuando las mujeres se visten con sus mejores galas para ocasiones importantes, usan trajes tradicionales que incluyen accesorios para el cabello, pendientes, Chabma, túnicas tibetanas Trukba y delantales rojos, entre otros.

Accesorios para el pelo

Entre los accesorios para el cabello, la decoración insertada en la coronilla con ámbar se llama “Gopho”. Es un tocado esencial que las mujeres deben usar en ocasiones formales. En la parte superior, tiene una corona de coral, y en la inferior, se conecta mediante una correa de cuero enhebrada con ámbar y un cojín de ámbar a la base de las trenzas, atado firmemente.



Antiguamente, las mujeres trenzaban su cabello con frecuencia. Si bien el trenzado diario no requería elegir un día específico, cuando una mujer se casaba el trenzado ceremonial debía realizarse en una fecha auspiciosa. Además, la persona elegida para trenzar el cabello de la novia debía cumplir criterios específicos: ambos padres aún vivos, de linaje noble, con hijos virtuosos, y con un signo zodiacal y un nombre que armonizaran con los cálculos astrológicos.

El proceso de trenzado implicaba el uso de una herramienta hecha con el colmillo de un ciervo almizclero para dividir las secciones de cabello. Se aplicaba uniformemente una mezcla de mantequilla y agua al cabello, que luego se trenzaba meticulosamente en trenzas finas y filiformes. En la coronilla se formaban dos trenzas gruesas de ocho cabos, llamadas “trenzas Togle”, que dividían el cabello en dos partes, colgando a cada lado. El resto del cabello se trenzaba en pequeñas trenzas, comúnmente llamadas “trenzas negras de tres cabos”. Para evitar que estas pequeñas trenzas cayeran hacia adelante y cubrieran el rostro, las mujeres ataban sin apretar hilo de lana rosa y azul, primero a una trenza cerca de la oreja derecha, luego alrededor de las otras trenzas en la parte posterior de la cabeza y finalmente a una trenza cerca de la oreja izquierda. Esto recibía el nombre de “trenza de sien”.





Como dice una canción popular: «La espalda de una joven no tiene patrón, pero cuando su cabello se trenza, se convierte en un hermoso diseño». Para las mujeres, trenzar el cabello era una forma importante de belleza y muestra de su elegancia. Un proverbio local dice: «En los buenos tiempos, no te tences con demasiada frecuencia en un mes; en los malos, no lo dejes sin hacer durante un año». Esto significa que, en épocas de prosperidad, las mujeres no deben trenzarse el cabello con demasiada frecuencia en un mes; y en épocas de desgracia, especialmente cuando fallece un familiar, deben expresar su duelo no lavándose el cabello y dejándolo despeinado. Sin embargo, este período de duelo no debe exceder un año, después del cual el cabello debe lavarse y volver a trenzarse.

Las mujeres también llevan un collar de bolas de coral con turquesa y pequeñas bolas dzi en la primera trenza del lado izquierdo de la frente, llamado “Topang”. Este es un adorno especial que se usa después de trenzar el cabello, según la situación económica de cada uno.



Las pequeñas trenzas de la frente y las trenzas Togle de ambos lados cuelgan naturalmente por la espalda. En los extremos de estas trenzas, las mujeres sujetan un par de “fundas para el cabello” rectangulares, que se confeccionan cosiendo seis Gonam de diferentes colores y uniéndolos con hilo fino de lana. Estas sirven de base para adornos de ámbar, con dos a seis piezas de ámbar generalmente prendidas en la parte superior de cada funda, dependiendo de la situación económica de la familia. En ocasiones, las mujeres usan solo las fundas para el cabello, sin ámbar.

Entre las fundas izquierda y derecha cuelga un adorno decorado con cuatro tiras de bolas de coral y ámbar, llamado “Chale”. Un extremo se sujeta con una moneda de plata al “Gyalung”, que une todas las trenzas superiores, mientras que el otro extremo cuelga naturalmente con las puntas del cabello. Las dos fundas laterales y el Chale central están conectadas por tiras de pequeñas bolas de ámbar y coral, llamadas “accesorio de coral para el cabello”. Dependiendo de la situación económica de la familia, cada juego de tiras de ámbar y coral puede contener de una a cuatro tiras pequeñas de coral, dispuestas en varios niveles.





Antiguamente, las trenzas de tres cabos solían llevar hilo de lana azul como extensiones de cabello en los extremos, pero debido a la influencia de otras regiones, ahora se usa comúnmente hilo de lana negro. Cuando estas extensiones llegan a la cintura, se tejen horizontalmente con hilos de lana de colores, formando lo que se denomina “Le’etae” o “Trache”. Sobre la Trache, en la unión del adorno de coral con el Chale, hay un adorno de plata con incrustaciones de tres cuentas de turquesa o coral. Debajo cuelga una cadena de plata con cascabeles en el extremo, llamada “Hya-kyon”. Las puntas del cabello se tejen en una trenza gruesa de tres cabos con hilos de lana rojos, verdes y rosas, que luego se pasa por el cinturón. El extremo de esta trenza tiene borlas que se dividen en dos partes, con la parte superior de cada una firmemente envuelta en hilo de plata, colgando con naturalidad hacia abajo.



Pendientes

Las mujeres usan diversos pendientes de oro, plata, turquesa y coral según su situación económica. Para ocasiones formales, suelen elegir aros de plata con forma de grano de cebada, con los extremos adornados con diseños de panal dorado y patrones alternados de coral.

Túnica tibetana

Antiguamente, las mujeres solían vestir túnicas de fieltro blanco y de cuero. Para ocasiones formales, optaban por túnicas de Truk y piel de cordero, a menudo con ribetes de piel de nutria y de leopardo. Con el desarrollo económico, las túnicas de Truk y seda procedente del Tíbet central se hicieron más comunes. Hoy en día, el Truk se considera el mejor material para la vestimenta formal.



Chabma

El Chabma es un cinturón con base de fieltro envuelto en tela roja, sobre el que se disponen cuidadosamente flores y monedas de plata. Está conectado a un Lagae, decorado alternatively con aros de marfil y anillos. Al llevar un Chabma, se envuelve dos veces alrededor de la cintura, con el Lagae ligeramente fijado al lado derecho del cuerpo, creando una suave curva descendente.





Delantal rojo

Las mujeres nómadas de esta zona visten un delantal de rayas rojas llamado “Pangden Rojo”. Al igual que en otras regiones, este delantal se usaba originalmente para proteger la ropa durante las labores diarias, como el ordeño, pero con el tiempo se ha convertido en un elemento decorativo. Para asistir a eventos formales con atuendo tibetano, el Pangden Rojo se ha convertido en un accesorio indispensable. Está hecho principalmente de lana de oveja local, teñida y tejida mediante múltiples procesos, con borlas en la parte inferior. Sobre las borlas, ocho tiras de tela de diferentes colores (blanco, amarillo, rojo, verde, etc.) se disponen horizontalmente formando rayas arcoíris, comúnmente conocidas como “De’ma”. Sobre el De’ma, hay decoraciones triangulares de tela en ambos extremos, y en el centro hay un patrón de tiras de tela azul, amarilla y roja, llamado “Chewa”. El Pangden Rojo no solo tiene una exquisita elaboración, sino también un colorido brillante.

Además, para domesticar el ganado, las mujeres suelen colocar en el lado derecho una bolsa de sal con borlas, hecha con los mismos materiales y técnicas que el Pangden Rojo.

El entorno geográfico único y las costumbres culturales han dado forma a estas prendas y accesorios únicos. En la vestimenta de las mujeres nómadas locales, se puede percibir la belleza de su vibrante cultura y evolución histórica.





དུའི་མོ་མོ་སྐྱུ་ཕྱགས་དང་གོས་རྒྱུ།

Peinado y vestimenta
femeninas en la zona
agrícola de Dawu



1 དབུ་སྒྲ།
སྒྲ་མ་ཐུང།
Hilo trenzado
/ extension de
cabello

2 ལུང་ཐང།
Lungthang

3 ཟེ་བད་མ།
ལགག་རིང།
Zedama

4 དབུ་ལ་ཐག།
Cadena de
plata

5 ཐེང་བཅད།
བཟུ་ཆར།
Chang-cha

Peinado

En las zonas agrícolas entre el municipio de Kangsar y Mejae Ka, en el condado de Dawu (región de Kam), especialmente en la zona de Nyimtso, las mujeres tienen una tradición de peinado única. Estos peinados incluyen dos variantes: “Leago” y “Trache”, ambas compuestas por trenzas y extensiones de lana.

Aunque estos dos peinados parecen sencillos, tienen una rica connotación cultural, y existen dos métodos para peinarse:

El peinado de las mujeres casadas se llama “Leago”. Al trenzar, el cabello se divide primero en dos partes, una izquierda y otra derecha, desde el centro de la coronilla. Luego, en la nuca se divide en dos partes y se unen en dos trenzas de tres cabos, con hilos de lana roja llamados “Walgya” entretnejidos en los extremos. Después, estas dos trenzas se cruzan y se enrollan alrededor de la cabeza unas dos veces, se sujetan con un nudo en la nuca y la parte expuesta del nudo se introduce en las trenzas.



El peinado de las mujeres solteras se llama “Trache” o “Segarche”. Este peinado consiste en trenzar todo el cabello en una sola trenza gruesa. Primero, se peina cuidadosamente hacia atrás y se enrolla firmemente un hilo rojo de extensión desde cerca de la raíz, en la nuca, a lo largo de aproximadamente un palmo. Luego, se inserta horizontalmente en la base del mechón una vara de bambú hueca, del grosor de un dedo, o una rama llamada “Dera”. A continuación, se trenza el cabello con los hilos de extensión en una trenza de tres cabos relativamente suelta, comenzando desde la oreja derecha y girando hacia arriba alrededor de la cabeza formando un círculo. Finalmente, el exceso de lana roja al final de la trenza se estira horizontalmente por encima de la nuca y se ata a la trenza cerca de la oreja izquierda para asegurar el peinado.







Cuando una joven llega a su nuevo hogar conyugal, su peinado cambia de “Trache” a “Leago”. En la mañana del día de la boda, deben invitar a una mujer cuyos padres aún vivan, que tenga hijos e hijas, cuya familia sea armoniosa y no esté divorciada, cuyo signo zodiacal sea astrológicamente favorable y que hable y actúe con rectitud, para que deshaga el peinado “Trache” original de la novia, le lave el cabello y luego lo trence al estilo “Leago”, acompañado de una ceremonia de despedida completa y sagrada. A partir de entonces, esta mujer debe mantener el peinado “Leago” de por vida. Se consideraría una mala costumbre que una mujer casada aún llevara una sola trenza. Incluso en caso de viudez o divorcio, debe mantener dos trenzas grandes.

Antiguamente existían normas estrictas sobre la cantidad de extensiones de cabello, pero hoy en día, las mujeres jóvenes, que priorizan la belleza, suelen añadir más hilos a sus peinados, mientras que las mujeres mayores solo añaden unos pocos. En consecuencia, este valor tradicional ha desaparecido gradualmente.

Según los ancianos locales, en el pasado las mujeres también llevaban adornos de ámbar en la parte superior de la cabeza, pero esto ya no es habitual en el condado de Dawu y sus alrededores. Sin embargo, en las zonas agrícolas del municipio de Jaggong, esta costumbre aún se conserva.



Además, tanto las mujeres jóvenes como las mayores usan actualmente una redecilla de seda negra después de enrollar sus trenzas alrededor de la cabeza para evitar que el cabello se despeine o se enrede.

Vestimenta

Al igual que las mujeres de otras regiones, llevan pendientes “Lung-tang” y collares de coral o amuletos Ga’u alrededor del cuello.

En invierno, las mujeres suelen llevar una túnica con mangas ligeramente más corta, hecha de cuero sintético. En verano, suelen llevar un vestido largo de tela sin mangas, que en el dialecto Dawu se llama “Zedama”. “Zeda” significa manga, y “Zedama” se refiere a la ropa sin mangas, a veces también llamada “Gak-rang”. Para ocasiones importantes que requieren vestimenta formal, se opta por usar túnicas Truk o de piel.

Independientemente de la túnica que se use, hay un pliegue a cada lado de la cintura que se dobla hacia atrás, a diferencia de otras regiones donde hay muchos pliegues, una característica común entre las mujeres de las cinco áreas Hor. Debajo de la túnica, las mujeres suelen llevar camisas tibetanas rojas o rosas. Antiguamente, preferían usar Pangden negro, pero ahora prefieren el Pangden con estampado de arcoíris. Mientras trabajan, para poder remendar fácilmente la ropa rasgada, las mujeres cuelgan un estuche de agujas en el lado derecho del cinturón, aunque ahora se ha convertido en un adorno con hermosos bordados. También llevan una daga Lodre en el lado derecho de la cintura.

Además, una cadena de plata bellamente elaborada cuelga a ambos lados de la cintura como decoración. Al usarla, la cadena cuelga ligeramente hacia adelante, formando un arco semicircular, adornado con nudos auspiciosos de plata y flores de plata con incrustaciones de joyas.



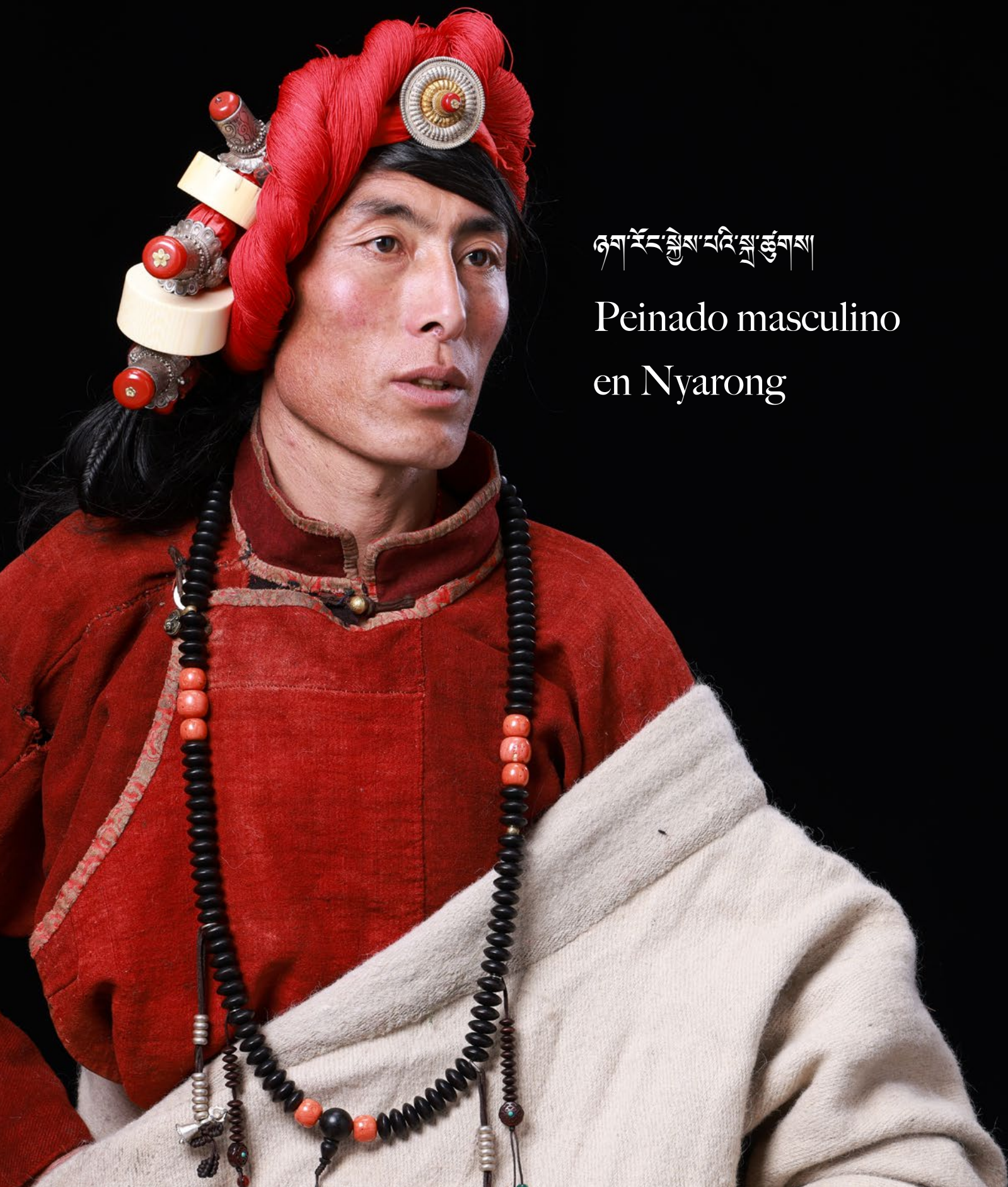
También se lleva una decoración especial a ambos lados del cuerpo: un contador llamado “Chang-Cha”. En su centro se encuentra un nudo auspicioso hexagonal adornado con rubíes en forma de aceituna. La pieza está dividida en tres capas: superior, media e inferior, y cuelga de forma natural. Este contador se utilizaba originalmente para contar el número de mantras recitados: tras completar una ronda de cuentas, se movía una cuenta en la capa inferior; tras recitar mil veces, se movía una cuenta en la capa intermedia; al llegar a diez mil recitaciones, se movía una cuenta en la capa superior; al mover todas las cuentas de la capa superior, se completaban cien mil recitaciones. Hoy en día, estos exquisitos mostradores se usan cada vez más como decoración durante ocasiones formales.

Las mujeres calzan botas tibetanas como las “Pumatsak-tak” y “Ko-Tse”, confeccionadas con piel de yak o de antílope.

La vestimenta de las mujeres locales se caracteriza por la sencillez y la elegancia, y cada detalle refleja el respeto y la herencia de la estética tradicional. Al mismo tiempo, el peinado no es solo un adorno externo, sino que lleva consigo la huella histórica y la esencia cultural.







ཉག་རོང་གླིང་པའི་སྐུ་ཚུགས།

Peinado masculino
en Nyarong



① ཟུར་སྒྲེ།
 ཟུགས་སྒྲེ།
 Zerle / Hyokle
 (trenzas laterals)

② བོ་སའི་མཐེན་གོར།
 Aro de marfil

③ སྒྲ་འཇུ།
 Traje

④ སྒྲ་འཕན་དམར་བོ།
 Borla roja para
 el cabello



En general, llevar el cabello largo es una costumbre tradicional peculiar del pueblo tibetano, tanto para mujeres como para hombres. La característica más distintiva de los hombres Kampa es trenzar el cabello y añadir hilos de seda roja para crear “accesorios para el cabello con borlas rojas”, que luego se enrollan alrededor de la cabeza. Particularmente en Nyarong, los hombres no solo usan este estilo en ocasiones festivas, como la ceremonia de ofrenda de incienso en la montaña, sino también en la vida diaria, a menudo ensartando aros de marfil en sus borlas rojas y enrollándolas alrededor de la cabeza.

Los componentes de este peinado incluyen la borla de hilos rojos, aros de marfil y anillos.

En el pasado, la mayoría de los hombres de Nyarong simplemente llevaban el cabello suelto en lugar de trenzarlo. Sin embargo, durante las carreras de caballos, los jinetes usaban un peinado llamado “Tsoral” en el dialecto Nyarong, formado por entre tres y cinco trenzas. Este fue el primer peinado distintivo de Nyarong. Más tarde, los hombres comenzaron a trenzar solo unos pocos mechones y a colocar borlas rojas en las puntas, un estilo llamado “Hor”. Hoy en día, los jóvenes dejan el cabello sin trenzar y atan hilos de seda roja en las puntas antes de enrollarlos alrededor de la cabeza, un estilo conocido como “Aral”.

Al trenzar, los hombres suelen crear tres trenzas “Togle”: una desde la coronilla y dos trenzas laterales (“Zerle” y “Hyokle”) a cada lado. Estas se unen en trenzas planas de cinco o nueve cabos. La trenza de nueve cabos simboliza las nueve habilidades del hombre y representa la dignidad y el esplendor intactos. Su meticuloso trenzado es auspicioso y estéticamente agradable. La trenza de cinco cabos representa a las Cinco Familias de Budas y se cree que protege de impurezas a las deidades del cuerpo y de los hombros. Aunque la trenza de cinco cabos es más sencilla y robusta que la de nueve cabos, se dice que ambos estilos traen prosperidad y buena fortuna.

Tras el trenzado, las tres trenzas “Togle” se combinan con el resto del cabello y las puntas se envuelven con una cinta para el cabello antes de colocar la borla roja. Esta borla se decora con aros de marfil alternados con anillos, generalmente con un aro de marfil entre dos anillos. La trenza decorada se lleva suelta cerca de la oreja derecha, formando una trenza colgante llamada “Lekpe”. La borla roja se enrolla alrededor de la cabeza aproximadamente dos veces y el extremo de la borla cuelga junto a la oreja izquierda o se introduce en las trenzas.

La borla roja cumple múltiples funciones. En primer lugar, se cree que otorga vigor, coraje y fuerza a los hombres. En segundo lugar, proporciona protección al luchar contra enemigos con cuchillos o garrotes, ya que puede amortiguar los golpes en la cabeza; antiguamente incluso se tejía un alambre fino en la borla para mayor protección. Y en tercer lugar, ayuda a conservar el calor. Por estas razones, se usa a menudo envuelta alrededor de la cabeza.

Inicialmente, solo se usaban borlas negras. Sin embargo, durante la época de Gonpo Namgyal, los hilos de seda roja se popularizaron desde el Tíbet Central y la costumbre de llevar borlas rojas en trenzas comenzó a extenderse. Según la tradición oral, cuando el ejército de Gonpo Namgyal estuvo estacionado durante un largo período en zonas como Jomda y Gonjo, bajo la jurisdicción del jefe Derge, el peinado de los soldados Nyarong se popularizó en esas regiones y se conoció como “Nyaktra”. Más tarde, cuando los comerciantes de Gonjo y Jomda llegaron a Nyarong luciendo borlas rojas, los Nyarong llamaron a este estilo “Gonjo-Dre”. Desde entonces, las borlas rojas se popularizaron en Nyarong, de ahí el nombre de “Nyarong de Kam Rojo”. No obstante, algunas personas mayores aún mantienen la tradición de llevar solo borlas negras.

Entre los hombres mayores, existen dos estilos: algunos llevan menos borlas alrededor de la cabeza, mientras que la mayoría ni siquiera las envuelve, sino que colocan un solo aro de marfil en la trenza y la deja caer naturalmente por la espalda. En cambio, los hombres más jóvenes prefieren borlas rojas más gruesas y abundantes como accesorios, y suelen dejar que los extremos cuelguen más. Se dice que esto realza la complexión del rostro y le confiere una apariencia más imponente y elegante.





Los aros de plata con incrustaciones de turquesa y los aros de marfil ensartados en la borla roja tienen significados simbólicos: se cree que los aros de marfil alejan las malas influencias, mientras que los aros con incrustaciones de turquesa simbolizan la protección de la fuerza vital. Además, en la línea central del cabello, en medio de la frente, suele usarse un accesorio llamado “Traje”, que puede ser una moneda de plata o un espejo con incrustaciones de turquesa. Esto se usaba originalmente para evitar que la borla roja cayera hacia adelante y cubriera el rostro, pero posteriormente se convirtió en una pieza decorativa de mayor tamaño.

Antiguamente, en algunas zonas de Nyarong, también se usaba un pañuelo de lana y tela llamado “Ade” o “Traltak”, decorado con discos circulares de caracola en lugar de monedas de plata, ya que se creía que impedían que el alma deambulara.

Además, aún se conserva la costumbre de llevar flequillo. Esto tiene dos propósitos: evita el deslumbramiento al caminar por zonas nevadas y crea una apariencia intimidante ante posibles adversarios.



La forma de enrollar las borlas rojas varía entre las zonas agrícolas y las pastorales. Los hombres de las zonas agrícolas, que suelen trabajar en terrenos densos y accidentados, llevan menos borlas apretadas alrededor de la cabeza. En cambio, los hombres de las zonas pastorales, que viven en espacios más abiertos, enrollan las borlas con menos fuerza, creando un bulto más prominente en la línea del cabello que les da una apariencia más imponente.

El peinado con borlas rojas no solo permite a los hombres Nyarong mostrar su estilo personal, sino que también representa unas costumbres locales y estilo de vida únicos, entre muchas otras connotaciones culturales.





ཉག་རོང་སྟོང་མའི་བུད་མེད་ཀྱི་སྐྱ་ཚུགས།

Peinado de mujeres
del Alto Nyarong





1 ཇོག་སྒྲིལ།
ཇོག་ལེབ།
Togle
(trenza de la coronilla)

2 ཇོད་སྒྲིལ།
Toktra
(trenzas superiores)

3 ཇུབ་སྒྲིལ།
Gyabtra
(trenzas traseras)

4 ཇོ་སྒྲིལ།
Natra
(trenzas laterales)

5 ཇོད་ལུབ་སྒྲིལ།
Tosheb
(fundas para el cabello)

6 ཇལ་ལེ།
Chale

7 ཇུ་ཇུ་ཇེ།
Le'etae

8 ཇུ་ཇུ་ཇེ།
Tra'or
(accesorio de plata con incrustaciones de coral)

El municipio de Daken se encuentra al noroeste del condado de Nyarong, a unos 55 kilómetros de la capital del condado, con una altitud promedio de 3100 metros. En la región del Alto Nyarong, especialmente en el municipio de Daken, las mujeres lucen un peinado exclusivo cuando se visten con sus mejores galas para ocasiones especiales como bodas y otras celebraciones.

Peinados y accesorios para el cabello

Generalmente, las niñas Nyarong llevan el cabello corto durante la infancia. Alrededor de los cinco años, empiezan a dejarse el cabello suelto, un estilo llamado “Arel”. A medida que crecen, cuando su cabello es más largo pero aún permanece suelto, se llama “Arel Kogza Janglo”. También pueden trenzarse el cabello en varias trenzas gruesas y recogerlas en la nuca en forma de cucharón, llamado “Zargyabgo”. Estos peinados son solo para solteras.

Unos días antes de la boda, se realizan diversos preparativos para la novia, y trenzar su cabello es una parte importante. El trenzado está a cargo de una anciana experta en trenzado, asistida por dos ayudantes. Tras lavar y peinar bien el cabello, comienzan el proceso. Para ello, preparan un plato con un poco de agua limpia, en el que colocan una mezcla de cabello y mantequilla frotada a mano. Esto crea lo que los lugareños llaman “manteca para el cabello”. Aplicada al cabello, evita que se enrede, facilita el trenzado y le da un brillo y belleza naturales.

El cabello se divide en varias secciones: Togle (trenzas de corona), Gyabtra (trenzas traseras), Toktra (trenzas superiores) y Natra (trenzas laterales), que luego se trenzan por separado. Primero se divide al medio el cabello desde la coronilla hasta la frente. Una gran parte del cabello de la parte delantera de la corona se une en múltiples trenzas planas llamadas “Togle”, también conocidas como “trenzas planas” debido a su forma. El número de trenzas Togle puede variar de veinte a cien, con un ancho de dos a seis dedos. Cuantas más trenzas y más anchas sean, más hermosas se consideran, e incluso hay un dicho: “Togle debería ser tan ancho como una puerta”. Esta es una característica especial de los peinados de las mujeres locales y una forma única de mostrar su belleza.





Se toma una sección de cabello de la nuca y se hacen varias trenzas finas llamadas “Gyabtra”. Además del Togle y el Gyabtra, las trenzas superiores restantes se denominan colectivamente “Toktra”. De cada sien, se toman dos mechones de cabello y se trenzan para formar trenzas “Natra”. Tras completar el trenzado, se ofrece carne y pastel de yogur al trenzador principal como compensación, lo cual también es una costumbre heredada de los ancestros o se considera un buen augurio.

Antiguamente, las familias adineradas usaban un elaborado accesorio de ámbar para el cabello llamado “Gogyel”. Consistía en una rama de coral colocada sobre el ámbar en la coronilla, con el ámbar apoyado sobre un cojín de Gonam o de cuero. Este adorno se extendía desde la nuca hasta el dobladillo del vestido, con dos a cuatro piezas de ámbar dispuestas sobre él, según la situación económica. El extremo del Gogyel estaba adornado con discos circulares de oro, plata o una mezcla de oro y plata, con forma de joyas que conceden deseos, con grabados de flores o los ocho símbolos auspiciosos. Las personas de recursos más modestos usaban un Gogyel sin ningún elemento decorativo. Las solteras usaban un “Chale” en lugar de un Gogyel, que es una decoración hecha con cuatro tiras de pequeñas bolas de coral y ámbar.



En los extremos del cabello, los hilos de lana roja y amarilla se entrelazan horizontalmente en una disposición suelta y natural llamada “Le’etae”, con borlas de lana colgadas en los extremos. En ambos lados de las trenzas Togle al lado del Gogyel, las mujeres usan fundas para el cabello llamadas “Tosheb”, que tienen tela de lana tibetana roja como relleno y están decoradas con cuatro a ocho pares de piezas ámbar, colgando de los hombros a la cintura. Entre las fundas del cabello izquierda y derecha cuelgan dos juegos de accesorios de coral llamados “Truktrok”, cada uno compuesto por cuatro tiras de bolas de coral y ámbar. En las trenzas laterales se une un hilo de lana doblado rojo y blanco para asegurar todas las trenzas, que cuelgan ligeramente en la parte posterior. En las almohadillas llamadas “Sersheb” o “Mache”, hay un accesorio de plata llamado “Tra’or”, con incrustaciones de coral. Al usarlos, los extremos superiores de los dos Sersheb se introducen en el cinturón, lo que les permite colgar con naturalidad a ambos lados del Gogyel. Sin embargo, los Sersheb están decorados únicamente con Tra’or y no tienen incrustaciones de ámbar.



El trenzado Togle tiene un significado cultural muy especial en la zona, ya que es un elemento que distingue a las mujeres casadas de las solteras. Antiguamente, las mujeres debían trenzar el Togle al casarse. Si una mujer casada no lo hacía, se consideraba mal agüero y generaba críticas y rumores. De igual manera, si una soltera lo trenzaba, también se consideraba mal agüero. Por lo tanto, una vez que una mujer empezaba a trenzarlo, debía mantenerlo continuamente, y solo podía dejar de hacerlo si se convertía en monja o enviudaba. Sin embargo, con el paso del tiempo, este peinado ahora solo aparece ocasionalmente en actividades populares y bodas. En la vida diaria, muy pocas personas lo llevan y menos aún saben trenzarlo.





Otra vestimenta y accesorios

Antiguamente, las mujeres locales vestían túnicas de cuero en invierno y túnicas de lana de color púrpura rojizo en verano. Para ocasiones formales, usaban túnicas Truk y túnicas de piel de cordero, que no diferían mucho de la vestimenta tradicional de otras zonas de Nyarong.

En cuanto a los accesorios, solían llevar collares de bolas de coral o dzi, amuletos Ga'u de oro o plata alrededor del cuello y grandes pendientes largos con forma de cebada en las orejas. En la cintura, llevaban un cinturón “Chabma” lleno de monedas de plata que podía dar tres vueltas. Hoy en día, prefieren los delantales Truk Pangden con franjas arcoíris, y también cuelgan cadenas de plata, un estuche de agujas y bolsos de la cintura.

Como dice el refrán, «Cada valle tiene sus propias costumbres, cada lugar tiene su propio idioma». La vestimenta y los accesorios de las mujeres de la región del Alto Nyarong presentan estilos y características únicos en comparación con otras regiones. En particular, su icónico peinado Togle está impregnado de la cultura y las costumbres locales, reflejando tanto la sabiduría ancestral como las visiones estéticas locales, y se ha convertido en uno de los símbolos más destacados de la cultura popular Nyarong.



མིང་ལྷན་མི་ཉག་པའི་གོས་བྱུང་།

Vestimenta y accesorios de
los tibetanos Minyak de
Shebmae Dzong





1 མགོ་རས།
Pañoleta

2 ས་ནེ་ཅི།
Panertsi

3 སྒྲོད་ལག་ག།
Chaleco

4 སྒྲུ་ས།
Túnica larga

5 སང་ཁེབ་ས།
Delantal

Los tibetanos Minyak de Shebmae Dzong viven principalmente en las zonas de la cuenca del río Sunglin, como los municipios de Sharlung y Donglen. Esta región tiene una altitud promedio de unos 1800 metros y se caracteriza por un clima monzónico subtropical de montaña. Su singular entorno geográfico ha permitido la preservación de las costumbres tradicionales locales, que se mantienen hasta nuestros días.

Según los residentes locales, los tibetanos Minyak de Shebmae Dzong emigraron originalmente del Tíbet central. Inicialmente, cuando sus antepasados vivían en el Tíbet central, tanto hombres como mujeres vestían túnicas tradicionales tibetanas. Sin embargo, tras establecerse en Shebmae Dzong, desarrollaron gradualmente su distintiva cultura indumentaria para adaptarse a las circunstancias laborales y de vida, así como a los cambios climáticos. Hoy en día, influenciados por culturas externas, la vestimenta tradicional solo se ve durante el Shoton, el Festival del Buda del Atardecer y en representaciones folclóricas como las danzas de máscaras “Hri’jae Labu” o durante espectáculos culturales.

Pañoleta

La pañoleta es una tela larga que se enrolla holgadamente alrededor de la cabeza, de unos siete dedos de ancho y aproximadamente seis metros de largo. Su origen se relaciona con leyendas históricas del pueblo en la antigüedad. Los hombres suelen llevar pañoletas negras, mientras que las mujeres pueden optar por negro, azul o blanco, con hilos de colores que decoran ambos extremos. Las mujeres jóvenes suelen llevar pañoletas blancas, mientras que las mujeres maduras prefieren las negras.



Panertsi

El “Panertsi” es un accesorio para la frente. Su base tiene forma alargada, tradicionalmente hecha de cuero, pero ahora se usa principalmente de tela. Está decorada con coloridas franjas bordadas, con seis o siete bolas plateadas en la parte superior. El Panertsi suele llevarse junto con la pañoleta y se dice que sirve como un casco, con funciones protectoras contra el mal. Debido a las diferentes condiciones económicas, normalmente solo las familias adineradas poseían un Panertsi, que se transmitía de generación en generación.



Camisa larga

La camisa larga masculina es generalmente similar a la túnica tibetana tradicional en cuanto a su forma, pero con algunas diferencias: las túnicas tibetanas tradicionales tienen un cuello diagonal continuo (las locales tienen un cuello alto plegado con los bordes del cuello y la solapa separados), tienen solapas internas y externas de igual longitud (las locales tienen solapas internas que solo llegan hasta la parte superior del cuerpo) y generalmente carecen de aberturas laterales (las locales tienen aberturas largas en el lado izquierdo). A veces, se mete la solapa exterior en el cinturón. Para ocasiones formales, también se usan chalecos de piel de cabra y pelo fino de yak.



Las túnicas largas de las mujeres son más cortas que las de los hombres, pero prácticamente idénticas en forma. El cuello y el borde interior de la solapa están decorados con telas estampadas, mientras que los puños están ribeteados con tela negra de unos cuatro dedos de ancho para evitar el desgaste y disimular la suciedad.

Chaleco

Los chalecos femeninos están confeccionados en tela negra estampada, sin mangas y con abertura diagonal a la derecha. Los bordes están ribeteados y las aberturas interiores de las mangas tienen dobladillo. Se suelen usar sobre la camisa larga.





Vestimenta y accesorios de los tibetanos Minyak de Shebmae Dzong 139



Delantal

Los delantales locales se confeccionan principalmente con tela negra y se presentan en dos estilos: uno atado a la cintura similar al de otras regiones, y otro atado al cuello por una cadena de plata. El borde superior del delantal que se ata a la cintura tiene un ribete de tela de colores, y al usarlo, los lazos se anudan por delante. El delantal que cuelga del cuello tiene una cadena de plata en el centro con tres bolas plateadas en cada extremo. El delantal tiene dos líneas de colores como decoración superior. Al usarlo, primero se cuelga la cadena de plata alrededor del cuello y luego se atan los lazos del delantal a la cintura. Los lados interiores del delantal, tanto en los bordes izquierdo como derecho, tienen un ribete de tela estampada para evitar el desgaste de los bordes.

Accesorios

Según los lugareños, los hombres solían llevar un cuchillo con una funda de cuero o de madera. Las mujeres usaban un estuche para guardar agujas e hilo. Sin embargo, estos objetos casi han desaparecido hoy en día y solo se conservan en la tradición oral. Tanto hombres como mujeres llevan pantalones negros anchos en la parte inferior del cuerpo y sandalias de paja, o un tipo peculiar de zapatos de bambú que se elaboran apilando cuatro o cinco brotes de bambú, cortándolos en forma de suela, cosiéndolos y luego uniendo tela para completar el zapato.

Otros atuendos

Otras prendas tradicionales que se han transmitido de generación en generación incluyen el Sombrero de los Ocho Inmortales, el Mego y los chalecos.

El Sombrero de los Ocho Inmortales es un sombrero infantil con una base de tela negra y nueve figuras de deidades plateadas en la parte delantera. Desde las orejeras, a ambos lados cuelgan borlas de lana roja, y cada lado tiene un pequeño disco de plata del tamaño aproximado de una moneda de plata. La parte superior del sombrero presenta motivos animales cosidos con diversas telas. El sombrero tiene una fina cadena de plata como correa para la barbilla con una pequeña campanilla de plata.

La forma de este sombrero es similar al Sombrero de los Ocho Inmortales de los vecinos tibetanos Ersu, pero las costumbres de uso difieren: los niños tibetanos Ersu pueden usarlo a partir de los ocho meses de edad, mientras que los niños tibetanos Minyak lo usan a partir de los dos o tres años, generalmente hasta los cinco o seis. Los lugareños creen que este sombrero tiene el poder de proteger del mal.



El Mego es una chaqueta relativamente larga hecha de pelo fino de cabra y yak, de producción local, procesada mediante múltiples pasos de tejido.

Los chalecos están hechos de piel de cabra o pelo fino de yak y se usan principalmente durante el parto. El chaleco de piel de cabra reduce la presión en la espalda y evita que objetos pesados la lastimen, mientras que el de pelo fino de yak proporciona una mejor impermeabilidad.

Durante la noche del Festival del Buda del Atardecer, los aldeanos realizan la danza folclórica de máscaras “Hri’jae Labu”. Once hombres representan diferentes roles: dos de ellos representan a una pareja de ancianos, ambos con Mego, pero el que interpreta al esposo también lleva del revés un chaleco de piel de cabra.

El diseño de ropa de los tibetanos Minyak de Shebmae Dzong integra elementos de historia, geografía y medio ambiente, demostrando sabiduría y creatividad para adaptarse al entorno natural y los cambios sociales durante un largo período. Sin embargo, estas vestimentas tradicionales enfrentan importantes desafíos en el legado contemporáneo. Se usan principalmente durante festivales importantes como el Festival Shoton y rara vez se ven en la vida cotidiana. Este fenómeno refleja la influencia de los estilos de vida modernos en las costumbres populares tradicionales, pero también indica que las personas preservan y mantienen conscientemente esta cultura tradicional.





མིང་སྤང་ཨེར་སུག་པའི་གོས་རྒྱུན།

Vestimenta y accesorios
de los tibetanos Ersu de
Shebmae Dzong





① མཐོ་རས།
Pañoleta

② སྟོད་འགག།
Chaleco

③ རུལ་ལེན།
Camisa

④ རུལ་ལེན།
Camisa larga

⑤ སྐར་གས།
Cinturón

⑥ བང་ཁེབས།
Delantal

Sharlung Yulshog, en el condado de Shebmae Dzong, se encuentra en la orilla sur del río Gyelmo Ngul Chu y en la orilla este del río Sunglin. Está rodeado de montañas por tres de sus lados y se encuentra a unos 23 kilómetros de la capital del condado, Shebmae Dzong. El terreno presenta una pendiente pronunciada, con la parte alta en el sur y la baja en el norte, y una altitud media de unos 1600 metros. Aquí reside un grupo de tibetanos Ersu, que actualmente cuenta con más de 300 personas. Viven en casas de piedra y madera y su modo de vida es principalmente agrícola, complementado con el pastoreo en las montañas.

Los Ersu son una rama del pueblo tibetano, distribuidos principalmente en la parte oriental de las montañas Hengduan de China y en el corredor Tibetano-Yi, a lo largo de los valles de los ríos Gyelmo Ngul Chu, Anning y Nyag Chu, con una población total que supera los 30.000 habitantes.

Vestimenta masculina

Los hombres adultos Ersu se cubren la cabeza con pañoletas negras, hechas de al menos tres metros de tela negra enrollada alrededor de la cabeza. En la parte superior del cuerpo, llevan una camisa larga de manga larga de un solo color que llega hasta los tobillos, generalmente azul y hecha de tela suave. Alrededor de la cintura, se atan un cinturón rojo brillante, con el exceso colgando naturalmente hacia el lado izquierdo del cuerpo. Sobre la camisa, llevan un chaleco negro de cuello alto con abertura frontal, bordado a lo largo del cuello y los bordes delanteros con patrones florales continuos.



Para la parte inferior, tradicionalmente usaban pantalones azules de pierna ancha con mallas de lana alrededor de las pantorrillas, pero ahora la mayoría usa pantalones de estilo chino u occidental. En el pasado, usaban sandalias de paja o zapatos de tela hechos a mano, pero ahora usan principalmente zapatos de goma o zapatos de cuero.



Vestimenta femenina

Las mujeres Ersu suelen llevar una pañoleta blanca o negra de al menos tres metros de largo. Las jóvenes usan el blanco y las mayores el negro. Su vestimenta para la parte superior del cuerpo consta de dos piezas: una camisa interior de manga larga y un chaleco exterior negro bordado. La camisa suele ser de un color liso, como azul, rosa o verde, con una solapa diagonal a la derecha. Los puños están decorados con bordados que suelen coincidir con los del dobladillo. El chaleco negro tiene cuello redondo y abertura diagonal, con el cuello y los bordes bordados de forma similar.





Alrededor de la cintura, llevan un colorido cinturón tejido a mano, similar al de otras regiones tibetanas, hecho de un tejido liso de rica textura. Sobre este cinturón, llevan un delantal cuadrado negro con bordes bordados de colores, que les da una apariencia digna y hermosa.

Para la ropa inferior, tradicionalmente usaban pantalones azules de pierna ancha, pero ahora la mayoría elige pantalones negros. Antes, usaban zapatos de tela hechos a mano o sandalias de paja, pero ahora suelen usar zapatos de cuero. En cuanto a los accesorios, antes solían llevar adornos de plata en el pecho, como botones, palillos y pendientes de plata, pero ahora la mayoría ya no usa joyas, aunque algunas aún eligen accesorios similares a los de otras zonas tibetanas.



Sombreros infantiles

Los niños Ersu generalmente ya no usan ropa tradicional, excepto durante la infancia en que algunos usan un “Sombrero de los Ocho Inmortales”, heredado de sus antepasados. Este sombrero tiene una base negra con nueve figuras de deidades plateadas que adornan la parte delantera. Borlas de hilo de colores cuelgan de las orejeras a ambos lados, cada una con un disco de plata del tamaño aproximado de una moneda. La parte superior del sombrero presenta motivos animales cosidos con telas de varios colores. El sombrero tiene una fina cadena de plata como correa para la barbilla, con una pequeña campanilla de plata colgando en el extremo, cerca de la oreja izquierda.

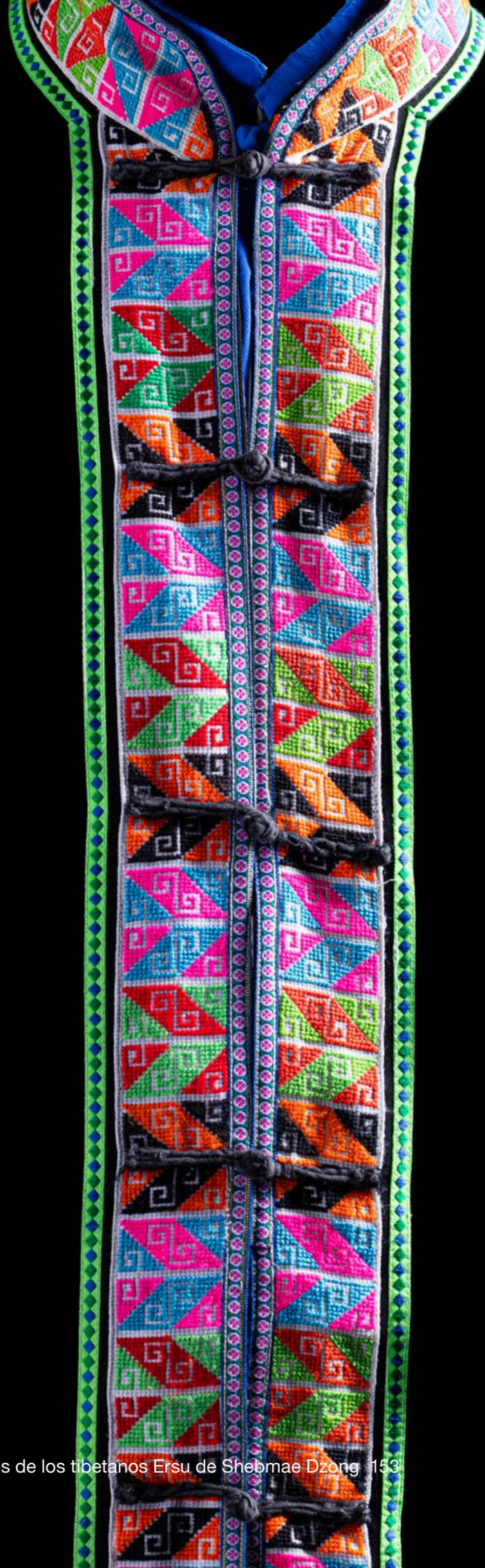
Bordado Ersu

El componente más importante de la vestimenta Ersu es, sin duda, el bordado, que decora cuellos, puños, bordes y delantales. Hoy en día, se suele usar como base tela de punto de cruz con urdimbre y trama claras y agujeros visibles. La técnica de bordado es principalmente el punto de cruz, y los patrones suelen representar paisajes, plantas, flores, aves, peces e insectos, presentados en formas geométricas con colores brillantes, generalmente dispuestos en franjas continuas.



En zonas prominentes como los cuellos, los patrones de bordado suelen emplear diseños compuestos complejos, mientras que en puños y delantales se utilizan patrones continuos relativamente simples, que son estéticamente agradables y prolongan la vida útil de la prenda al proteger las zonas propensas al desgaste.

Desde pequeñas, las niñas Ersu aprenden de sus mayores a bordar, memorizando todos los patrones. Con sus hábiles manos, enhebran las agujas en la tela para crear hermosos bordados. En 2016, el bordado tibetano Ersu fue incluido en el patrimonio cultural inmaterial a nivel de ciudad del condado de Shebmae Dzong.





ལྷན་ཁྲིམ་ཡུལ་གོས་རྒྱན་དང་གཙུག་རྒྱུག་

Vestimenta y bordados

Lan'an





1 མགོ་རས།
Pañoleta

2 ལུ་རིང་།
Camisa larga

3 འགག་སྟོང་།
Chaleco con
cuello

4 སྒྱེད་ཁྱུག་
Bolso de cin-
tura

5 སྟོང་འགག་
Chaleco

6 བང་ཁྱེབ་ས།
Delantal de
cintura

7 རས་ལྷ་ས།
Zapatos de tela



El municipio de Lan'an se encuentra en la margen izquierda del río Gyelmo Ngul Chu, a 27 kilómetros al norte del condado de Chagsam. Es una singular cuenca montañosa rodeada de montañas por todos lados. La altitud promedio es de 2400 metros, con más de 3000 habitantes, la mayoría tibetanos Gojangpa.

Según los registros, los antepasados de los Gojangpa vivieron originalmente como nómadas. Desde el período Shu-Han (principios del siglo III), tras varias migraciones, finalmente se asentaron en estas tierras y comenzaron a cultivar y tejer. A partir de entonces, las mujeres Gojangpa aprendieron a usar hilo y aguja, y establecieron la antigua tradición conocida como "bordado Gojangpa", que se integró estrechamente con la vestimenta local y se convirtió en un importante símbolo de la cultura Lan'an.

Bordados Lan'an

El bordado Lan'an tiene una larga historia, y las mujeres de casi todos los hogares son expertas en técnicas de bordado. No necesitan bastidor ni soporte, solo usan almohadilla, aguja e hilo para bordar en cualquier lugar y momento, incluso terminando las piezas durante los descansos del trabajo.





El bordado Lan'an combina las características del bordado tibetano y el bordado Qiang, con patrones que representan principalmente paisajes, flores, pájaros e insectos. Los diseños son ricos en significado, tridimensionales, con una composición en capas, con elegantes colores y transiciones naturales. Las bordadoras se inspiran en la naturaleza para crear diseños intrincados en espacios reducidos. El bordado Gojangpa emplea más de diez técnicas de costura diferentes, y bordadoras altamente cualificadas pueden crear patrones idénticos en ambas caras de la tela, o incluso patrones diferentes en cada una.

Se puede utilizar una variedad de materiales de base, como piel de animal, cuero, lona, tela caqui, tela lisa, poliéster-algodón y seda. La selección del hilo depende de las características del material base. Comúnmente se utiliza hilo de algodón, hilo de bordar Qiang, hilo sintético de poliéster e hilo de seda, siendo este último el de mejor calidad.

Antiguamente, las niñas Lan'an comenzaban a aprender bordado con sus mayores a los 12 años, y los artículos bordados eran piezas importantes de dote cuando las mujeres se casaban. El dominio del bordado se convirtió en un indicador clave de la educación y el estatus familiar de una mujer.



Vestimenta femenina

La vestimenta de las mujeres de Lan'an es una excelente representación del arte del bordado local. El atuendo completo consta de una pañoleta, una camisa larga, un chaleco, un delantal y zapatos de tela.

La pañoleta es un sello distintivo de la vestimenta femenina de Lan'an. Se usa enrollando la pañoleta alrededor de la cabeza en varias capas circulares. Las mujeres mayores prefieren el color azul oscuro, mientras que las mujeres de mediana edad y jóvenes suelen usar blanco. Como describen las canciones populares locales: "Una pañoleta azul, de tres zhang y tres chi de largo, con peonías bordadas en ambos extremos; si el corazón del joven es sincero, bordaré su imagen entre las flores".



Las mujeres visten camisas largas de color azul índigo, cubiertas por un chaleco azul oscuro sin mangas con solapa derecha. El chaleco está decorado con motivos florales de enredadera bordados a mano. El estampado floral suele consistir en hojas, enredaderas y capullos. Al bordar, primero cortan la forma básica de las cáscaras de capullos de gusanos de seda y la pegan sobre la tela. Luego, con aguja e hilo, delinean las enredaderas, seguidas de las hojas y las flores. Algunas flores están en plena floración, mientras que otras son capullos rosados a punto de florecer, con una línea roja en la punta que indica su inminente floración. La gran flor de enredadera bordada en el centro del chaleco simboliza lealtad e integridad, las flores de enredadera en los hombros y mangas representan las manos trabajadoras, y el borde floral alrededor del cuello representa la belleza femenina.

El delantal de cintura suele ser azul oscuro, con cinco motivos florales bordados en las cuatro esquinas y el centro, que representan el este, sur, oeste, norte y centro, simbolizando la unidad. Los extremos de los cordones del delantal también están decorados con hermosas flores bordadas. Las mujeres suelen usar zapatos de tela con bordados de flores en la parte superior, lo que añade un toque de belleza rústica.

Para ocasiones festivas, las mujeres eligen ropa completamente bordada, pero para los funerales, visten ropa lisa sin bordados para mostrar solemnidad.





Vestimenta masculina

La vestimenta de los hombres de Lan'an es igualmente única. Suelen llevar túnicas largas de color azul índigo con solapa derecha y diseños diagonales. El cuello y los puños están decorados con elegantes bordados, lo que le da al atuendo una apariencia imponente y segura. El botón frontal cerrado del cuello debe abrocharse durante las ceremonias importantes, lo que demuestra pulcritud y decoro.

La riñonera, atada a la cintura, es un elemento destacado de la vestimenta de los hombres de Lan'an. Es una pequeña bolsa que se usa para guardar tabaco, dinero, mechero y otros artículos personales. Antiguamente, estaba hecha principalmente de piel de animal, pero ahora utiliza una base de tela blanca bordada con motivos florales de parra verde, con un bordado liso, simple y elegante. Al vestirla, levantan ambos lados del dobladillo inferior de la túnica y los sujetan con el cinturón de la riñonera, doblando una esquina en la parte superior y fijándola con un alfiler, lo que facilita el movimiento al caminar. Las formas triangulares que se forman a ambos lados de la túnica se asemejan a dos banderas ondeantes, que simbolizan el Yin y el Yang.

Sobre la camisa larga, antiguamente se usaban chaquetas de piel de animal, pero ahora suelen llevar chalecos sencillos de lona blanca con diseños de cuerno de carnero bordados en el dobladillo y la parte media de la espalda. La ropa interior solía ser pantalones rectos y anchos, con botas de cuero de caña baja o sandalias de paja como calzado.

Antiguamente, para transportar cargas pesadas, los habitantes de Lan'an solían usar una correa llamada "pilele". Primero, ataban la carga firmemente con una cuerda, luego sujetaban los extremos de una correa ancha de cuero a la cuerda, se colocaban la carga sobre la espalda y colocaban el centro de la correa contra la frente, usándola como punto de apoyo para que el peso descansara sobre la coronilla. Con este ingenioso diseño, podían tener las manos libres y mantener el equilibrio incluso en senderos montañosos escarpados. Sin embargo, con la mejora del transporte, este tradicional "pilele" ha desaparecido gradualmente de la vida cotidiana, permaneciendo solo en la memoria de las generaciones anteriores y convirtiéndose en un testimonio especial de la historia de Lan'an.



La cultura del bordado y la vestimenta de Lan'an, a pesar del paso del tiempo, aún brilla con su singular esplendor en el curso de la historia. Las meticulosas puntadas y los hermosos patrones de bordado preservan la sabiduría ancestral y registran la historia del grupo étnico. Este patrimonio cultural no solo es el orgullo del pueblo Lan'an, sino también una joya de gran valor en el patrimonio cultural de la humanidad.





མིང་ཚིག་ཤན་སྒྱུར་རེའུ་མིག་

Glosario

1

འདྲ་པའི་བྱད་མེད་ཀྱི་གོས་རྒྱན།

Ropa y accesorios de la mujer Drapa

	བོད་ཡིག་ Tibetano	ལ་ཟེན་ཡིག་ Transliteración Wylie	སི་ཤེན་ཡིག་ Español
1	བལ་དིས།	bal dis/	Beldi
2	ལ་ཐུས།	la thus/	La'te
3	ཕུག་པོ་བལ་དིས།	phrug po bal dis/	Trukpo Beldi
4	སེར་ཐིག་བལ་དིས།	ser thig bal dis/	Sertik Beldi
5	འདྲ་ནེས་བལ་དིས།	dra nes bal dis/	Dra-nyi Beldi
6	ནག་ནག་བལ་དིས།	nag nag bal dis/	Naknak Beldi
7	སྤུ་དིས་བལ་དིས།	spu dis bal dis/	Pudi Beldi
8	ཀྱི་ཀྱི།	hri hri/	Hri Hri
9	ནིས་ནིས།	nis nis/	Nyi Nyi
10	ནག་ནག་	nag nag	Nak Nak
11	སྐད་བཅིངས།	sked bcings/	Gea-chen
12	གློ་ཕྱེང་།	glo phreng /	Lotreng
13	ལྷོ་དཀྱིས།	lto dkris/	Totri
14	ཆབ་མ།	chab ma/	Chabma
15	ཕུག་པོ།	phrug po/	Trukpo
16	གཤམ་ཡེ།	gnya' ye/	Nyaye
17	སྐ་འགག་	sta 'gag	Tagak
18	མགོ་འདྲན།	mgo 'dren/	Godren
19	མེ་ཏོག་མེ་ལོང་།	me tog me long /	Metok-melong
20	ཆུགས་ཡུ་སྐུ་ཀ།	lcags yu skyu ka	Chakye-gyeka
21	ཡེད་ཅིང་རིས།	yed cing ris/	Yejanri

2

མི་ཉག་བུད་མེད་ཀྱི་མགོ་རྒྱུན།

Tocados de la mujer Minyak

	བོད་ཡིག་ Tibetano	ལ་ཐིན་ཡི་གེ་ Transliteración Wylie	སི་ཤེན་ཡ། Español
1	མགོ་ཆ།	mgo cha/	Go-cha
2	ཐོས་ཤེལ།	spos shel/	Corona de ámbar
3	ཨ་ལོང་མེ་རྟག་	a long me tog	Aros florales
4	མཐེབ་གོར།	mtheb gor/	Aro de marfil
5	རལ་བ།	ral ba/	Relwa
6	རལ་ཚོར།	ral tsor/	Raltsor
7	ན་ལུང་།	rna lung /	Pendiente
8	སྐྱེ་ཁྲོག་	ske sgrog	Cierre de cuello
9	མགོ་ཐོས།	mgo spos/	Gopho
10	སྐ་འཐེན།	skra 'then/	Hilos de ámbar
11	འགུ་ཡ་རྟ་སྐ་མ།	gu ya rta sga ma/	Tagama
12	ཕ་གཅིག་མ།	phra gcig ma/	Trachikma
13	ཨ་ལོང་ཕག་སྐ་མ།	a long phag sna ma/	Morro de cerdo
14	ལ་ཆ།	la cha/	Lacha
15	ཨ་རུ།	a rdu/	Ade
16	པགས་རས།	pags ras/	Pañoleta
17	རྒྱལ་དུག་མེལ།	rgyan drug zhwa/	Sombrero Gyen-druk
18	ཁུག་མེལ།	khug zhwa/	Keksha
19	རི་རྟོང་ཅི།	ri krong tsi/	Sombrero Retrongsse
20	ཚོ་ཁུག་	tshwa khug	Bolso de sal
21	སོ་ལ།	so la/	Sola
22	གློ་རིལ།	glo ril/	Loril
23	བཟང་བོ་སྐ།	bca' bos/	Chawo

ར་ལི་བྱུང་མེད་གྱི་གོས་རྒྱུ།

Atuendo tradicional de la mujer Ra'le

	བོད་ཡིག Tibetano	ལ་ཐིན་ཡི་གེ Transliteración Wylie	སི་ཐན་ཡ། Español
1	མགོ་སྒོ།	mgo spos/	Gopho
2	སྒོ་སྒོ།	skra sgrog	Tradrog
3	ཐེ།	the/	Tae
4	རྟོག།	tog	Rama de coral
5	བྱུ་རུ་རྒྱལ་མོ་འི་ལག་ཡ།	byu ru rgyal mo'i lag ya/	Accesorio de coral Sherab Gyangmo Lakya
6	བར་བསྐྱང་།	bar bsring /	Apoyo superior
7	རྟོག་སྐྱོར།	tog skyor/	Base superior
8	སྒོས་ཤེལ་མཐའ་སྐྱོར།	spos shel mtha' skor/	Sujeción del ambar
9	སྒོས་གདན།	spos gdan/	Apoyo del ambar
10	ཐོག་སྒོ།	thog sle/	Togle
11	རྒྱ་སྒོ།	rna skra/	Natra
12	འོག་སྒོ།	'og skra/	Trenza
13	མཚེ།	mtshe/	Tsae
14	ཁ་ལི།	khra li/	Chale
15	ཤང་ཅུང་།	srang chung /	Shangchung
16	བར་སྒོ།	bar sgrog	Wardrog
17	རལ་བ།	ral ba/	Relwa
18	ལ་སྒོ།	la ske/	La'gae
19	དངུལ་རྩེད།	dngul rmed/	Ngulmed
20	དངུལ་སྙེད།	dngul snyed/	Cinturón de monedas de plata
21	ལག་ཕྱིས།	lag phyis/	Lakchi
22	ཐུ་བ།	thu ba/	Delantal
23	ཐུ་ཁ།	thu khra/	Delantal
24	ཏེས་མ།	tes ma/	De'ma
25	བཞོ་འགྲུག།	bzho 'gug	Gancho de ordeño

4

མི་ཉག་སྐྱེས་པའི་གོས་རྒྱན།

Vestimenta tradicional masculina en la región de Minyak

	བོད་ཡིག་ Tibetano	ལ་ཐིན་ཡི་གེ་ Transliteración Wylie	སི་ཐེན་ཡ། Español
1	ཡང་ལྷ།	yang zhwa/	Yangzha
2	རྒྱ་ལྷ།	rgya zhwa/	Gyazha
3	སོག་ལྷ།	sog zhwa/	Sogzha
4	རྒྱལ་ལྷ།	rgyal zhwa/	Gyalzha
5	སྐྱ་ལྷུག་ཕུང།	skra lhug phud/	Trenzas colgantes
6	ལ་ཇ།	la cha/	Lacha
7	ཧོར་སྐྱ།	hor skra/	Trenzas Hor
8	གཤམ་ཇ།	gab chab/	Cinturón Ga'u de plata
9	དོར་ལྷུག་འཕེན།	dor lhug 'phen/	Dor-legpen

བརྒྱུད་ཟུར་བུད་མེད་ཀྱི་གོས་ཀྱི་རྒྱུ།

Vestimenta tradicional femenina en el condado de Gyezil

	བོད་ཡིག་ Tibetano	ལ་ཟེན་ཡིག་ Transliteración Wylie	སི་ཁེན་ཡིག་ Español
1	ལྷ་ལོག་	zhwa log	Sha-lok
2	སྟོད་ཕོག་	stod phog	To-bog
3	སྟོད་འབྲོག་	stod 'bog	Abrigo
4	བྱ་ལ།	b+ha la/	Ba-la
5	ཡང་ལི་ཁྲ་མོ།	yang li khra mo/	Yangle Chamo
6	ཕྱུ་པ་འབའ་རེ།	phyu pa 'ba' rjes/	Tsopa Barje
7	ཚེ་པོ།	tshi po/	Delantal Tsepo

6

མི་ཉག་བོད་ལྷན་པ།

Botas tibetanas de Minyak

	བོད་ཡིག་ Tibetano	ལ་ཐིན་ཡིག་ Transliteración Wylie	སི་ཐན་ཡིག་ Español
1	འགོག་རི།	'gog ri/	Gok-re
2	ལྷན་རི།	lham ri/	Cuarto inferior de la bota
3	ལོང་མོ།	long mo/	Caña superior
4	སྐ་ཁེབས།	sna khebs/	Costura frontal
5	ལྷན་སྐ།	lham sna/	Punta curvada
6	ལྷན་མཐེལ།	lham mthil/	Suela de la bota
7	རྟོག་པ།	rdog pa/	Suela de la bota
8	འགག་སྐྱན།	'gag stan/	Gakten
9	ལྷ་རི།	mu ri/	Caña inferior
10	སྐམ་པ།	skam pa/	Gampa
11	ཕྱི་མཆེ།	phyi mche/	Tira exterior
12	ཁ་སྟེང།	kha steng /	Kateng
13	ཡ་ཡུ།	ya yu/	Cuello de la bota
14	རས་མགོ་མ།	ras mgo ma/	Regoma
15	ལྷན་རྩྱང།	lham rgyong /	Lamgyong

འབག་གོས།

Vestimenta tradicional Bakgo

	བོད་ཡིག Tibetano	ལ་ཟིན་ཡི་གེ Transliteración Wylie	སི་ཤེན་ཡ། Español
1	འབག་གོས།	bag gos/	Bakgo
2	རི་རྩོང་མེ་མོ།	ri krong tsi/	Sombrero Retrongtse
3	རྩམ་རྩལ་ལྷ།	rgyan drug zhwa/	Sombrero Gyen-druk
4	ཧོར་ལྷ།	hor zhwa/	Sombrero Hor
5	ལྷ་རུབ།	zhwa rkub/	Base del sombrero
6	དངུལ་ལྷ།	dngul zhwa/	Sombrero plateado
7	ལྷ་ལྷ།	lany+dza/	Tocado Lantsa
8	ར་ཕུ་ཏ།	ra pu ta/	Ra'peta
9	དངུལ་ཕོག	dngul phog	Bola plateada
10	བོད་མགོ་སྐྱུ་སྐྱ།	bod mgo sum skra/	Trenza triple Bodgo
11	རྩམ་མགོ་སྐྱུ་སྐྱ།	rgya mgo sum skra/	Trenza triple Gyago
12	སྟོད་འབོག	stod 'bog	To-bog
13	སུལ་ཤོ་ལྷ།	sul sho khu/	Sulsho Ke
14	ཆོས་ཤོ་ལྷ།	chos sho khu/	Chosho Ke
15	ཤོ་ཤོ་ལྷ།	sho sho khu/	Shosho Ke
16	ཁྲོ་ནེས་འབག་གོས།	khro nes 'bag gos/	Bakgo Tro-ne
17	ཟོ་ནེས་འབག་གོས།	zo nes 'bag gos/	Bakgo Zo'ne
18	ཟེ་པོ་དོག་དོག	zi po rdog rdog	Zepo Dokdok
19	ཆོས་པ་འབག་གོས།	tshos pa 'bag gos/	Bakgo Tsopa
20	ཕུག་འབག་གོས།	phrug 'bag gos/	Bakgo Truk
21	དུང་ཆབ་མ།	dung chab ma/	Chabma de conchas
22	རྩམ་ཁྲ་སྐ་རགས།	rgya khra ska rags/	Cinturón Gyadra
23	ཁམ་ཤུབ་ཁ་གཙར།	khab shubs kha gzar/	Kab-sheb Ka-zar
24	བཅའ་བོས།	bca' bos/	Chawo
25	བོད་ལྷ་སྐ་སྐ་འཕྱུལ་མ།	bod lham sna 'khyil ma/	Botas tibetanas de punta curvada
26	ལྷ་སྐ་སྐ་འཕྱུལ་མ།	lany+dza ske 'khor/	Lantsa Kekor
27	པ་བཤུས།	pha bshus/	Pashe
28	མགོ་ཀོ།	mgo ko	Goko

8

ཐོག་ཀྱི་བུ་མོ་གི་བོས་བྱ་བ།

Vestimenta y accesorios femeninos en Larima

	བོད་ཡིག་ Tibetano	ལ་ཐིན་ཡིག་ Transliteración Wylie	སི་ཇེན་ཡིག་ Español
1	མགོ་སྒྲོལ།	mgo spos/	Gopho
2	ཐོག་སྒྲེ།	thog sle/	Togle
3	སྒྲ་ནག་སུམ་སྒྲེ།	skra nag sum sle/	Trenzas laterales triples
4	ན་སྒྲ།	rna skra/	Natra
5	ཐོད་འཕངས།	thod 'phangs/	Topang
6	ཁ་ལི།	khra li/	Trale
7	རྒྱ་ལུང་།	rgya lung /	Gyalung
8	སྒྲ་སྒྲོག་	skra sgrog	Tradrok
9	ལུ་ཁྱ་ཐེ།	lu 'u the/	Le'etae
10	སྒྲ་དཀྱིས།	skra dkris/	Trache
11	བྱ་ཁྱུང་།	bya khyung /	Hya-kyon
12	ཐུ་དམར།	thu dmar/	Delantal rojo
13	ཏེས་མ།	tes ma/	De'ma
14	མཆེ་བ།	mche ba/	Chewa
15	ཐོད་ཐུབས།	thod shubs/	Funda para cabello

དུའི་རིང་མོའི་སྐྱ་ཚུགས་དང་གོས་རྒྱ།

Peinado y vestimenta femeninas en la zona agrícola de Dawu

	བོད་ཡིག Tibetano	ལ་ཐིན་ཡིག Transliteración Wylie	སི་ལེན་ཡིག Español
1	བསྐལ་གོ	bslas go	Leago
2	དབུ་སྐྱ།	dbu skya/	Hilos de lana roja
3	སྐྱ་མཐུད།	skra mthud/	Hilos de extensión
4	སྐྱ་གུ།	skra gcu/	Trache
5	སུ་ཀར་གུ།	su kar gcu/	Peinado de soltera
6	སྐྱ་ཤུབས་དྲ་རྒྱ་མ།	skra shubs drwa rgya ma/	Red para el cabello
7	ལུང་ཐང་།	lung thang /	Lungtang
8	ཟི་བར་མ།	zi brda ma/	Zedama
9	འགག་རིང་།	'gag ring /	Gak-Reng
10	ཕྱེང་བཅད།	phreng bcad/	Chang-cha
11	བུ་ཚ་མ།	bcu tshar/	Contador
12	སུ་མ་རྩ་ག་འཐག་	spu ma rtsag 'thag	Puma-tsak-tak
13	ཀོ་ཙི་འི་ལམ་།	ko tsi'i lham/	Botas Ko-tse

10

ཉག་རོང་སྤྱེས་པའི་སྤྱི་ཚུགས།

Peinado masculino en Nyarong

	བོད་ཡིག་ Tibetano	ལ་ཐེན་ཡི་གེ Transliteración Wylie	སི་ཤེན་ཡ། Español
1	སྤྱི་འཕན་དམར་པོ།	skra 'phan dmar po/	Accesorio de borla roja para el cabello
2	ཚོགས་རལ།	tshogs ral/	Tsoral
3	ཧོར་སྤྱ།	hor skra/	Hor-tra
4	ཨ་རལ།	a ral/	Aral
5	ཐོག་བསྐས།	thog bsas/	Togle
6	ཟུར་སྤེ།	zur sle/	Zerle
7	ཕྱོགས་སྤེ།	phyogs sle/	Hyokle
8	སྤྱ་དྲིས།	skra dkris/	Trache
9	སྤྱ་ལྷུག་ཕུད།	skra lhug phud/	Trenzas colgantes
10	ཉག་སྤྱ།	nyag skra/	Peinado Nyarong
11	གོ་འཛོད་དྲི།	go 'jo dkri/	Gonjo-dre
12	སྤྱ་འབྲ།	skra 'ju/	Traje
13	ཨ་དུ།	a rdu/	Ade
14	སྤྱ་ཉག་	skra ltag	Pañoleta
15	མགོ་དྲིས།	mgo dkris/	Pañoleta

ཉག་རོང་སྟོད་མའི་བུད་མེད་ཀྱི་སྐྱ་ཚུགས།
Peinado de mujeres del Alto Nyarong

	བོད་ཡིག Tibetano	ལ་ཐེན་ཡིག Transliteración Wylie	སི་ཤེན་ཡ། Español
1	ཨ་རལ།	a ral/	Arel
2	ཨ་རལ་ཁོག་རྩ་ལང་ལོ།	a ral khog rtsa lcang lo/	Arel Kogza Janglo
3	གཙར་རྒྱབ་མགོ།	gzar rgyab mgo/	Zargyabgo
4	རྒྱབ་སྐྱ།	rgyab skra/	Gyabtra
5	ཐོག་སྐྱ།	thog skra/	Toktra
6	རྩ་སྐྱ།	rna skra/	Natra
7	མགོ་དཀྱིལ།	mgo dkyil/	Gogyel
8	ལུ་ཁྱ་ཐེ།	lu 'u the/	Le'etae
9	ཐོད་ཤུབས།	thod shubs/	Funda para el cabello
10	མ་ཆས།	ma chas/	Mache
11	ཟུར་ཤུབས།	zur shubs/	Sersheb
12	སྐྱ་འོར།	skra 'or/	Tra'or

12

སིང་སྒང་མི་ཉག་པའི་གོས་རྒྱུན།

Vestimenta y accesorios de los tibetanos Minyak
de Shebmae Dzong

	བོད་ཡིག་ Tibetano	ལ་ཟེན་ཡི་གེ Transliteración Wylie	སི་ཁེན་ཡ། Español
1	མགོ་རས།	mgo ras/	Pañoleta
2	ཕ་ནེ་ཙེ།	pha ne tsi/	Panertsi
3	འགག་སྟོང་།	'gag stod/	Chaleco
4	པང་ཁེབས།	pang khebs/	Delantal de cintura
5	མུས་ཀོ་ལོ།	mus ko lo/	Mego

མིང་སྒྲིབ་མེད་སྐྱུག་པའི་གོས་རྒྱུ།

Vestimenta y accesorios de los tibetanos Ersu
de Shebmae Dzong

	བོད་ཡིག Tibetano	ལ་ཟེན་ཡིག Transliteración Wylie	མི་ལོན་ཡིག Español
1	མགོ་རས།	mgo ras/	Pañoleta
2	འགག་སྒྲོད།	'gag stod/	Chaleco
3	རྒྱལ་ལེན་རིང་པོ།	rngul len ring po/	Camisa larga
4	རྒྱལ་ལེན།	rngul len/	Camisa
5	སྐད་རགས།	sked rags/	Cinturón
6	པང་ཁེབས།	pang khebs/	Delantal
7	རས་ལྗམ།	ras lham/	Zapatos de tela
8	ངང་སྒོང་ལྷ་མོ།	drang srong zhwa mo/	Sombrero de los Ocho Inmortales

14

སྒང་བྱག་ལུལ་གོས་རྒྱ་དང་གཙག་བྱ་བ།

Vestimenta y bordados Lan'an

	བོད་ཡིག་ Tibetano	ལ་ཐིན་ཡིག་ Transliteración Wylie	སི་ཐེན་ཡིག་ Español
1	མགོ་རས།	mgo ras/	Pañoleta
2	ལ་རིང་།	l+wa ring /	Camisa larga / Túnica
3	འགག་སྟོང་།	'gag stod/	Chaleco con cuello
4	པང་ཁེབས།	pang khebs/	Delantal de cintura
5	རས་ལྗམ།	ras lham/	Zapatos de tela
6	སྐད་ཁུག་	sked khug	Bolso de cintura
7	སྟོང་འགག་	stod 'gag	Chaleco
8	ཕི་ལི་ལི།	phi li li/	Pilele



khenposodargye.org



Sólo para uso no comercial