བོད་ཡིག་གི་སྒྲ་སྦྱོར་སློབ་དེབ།

藏文拼音教材

（ལྷ་སའི་སྐད།）

（拉萨音）

［修订本］

周季文 编著

民族出版社

བོད་ཡིག་གི་སྒྲ་སྦྱོར་སློབ་དེབ།

藏 文 拼 音 教 材

（ལྷ་སའི་སྐད།）

（拉萨音）

[修订本]

周季文 编著

民族出版社

图书在版编目(CIP)数据

藏文拼音教材:拉萨音/周李文编著.—2版(修订本)
—北京:民族出版社,2010.4(2012.3 重印)
ISBN 978-7-105-10689-9

Ⅰ.藏… Ⅱ.周… Ⅲ.藏语-拼音-教材 Ⅳ.H214.1
中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第054952号

民族出版社出版发行
(北京市和平里北街14号 邮编 100013)
http://www.mzcbs.com
北京民族印务有限责任公司
各地新华书店经销
1983年10月第1版 2010年4月第2版
2012年3月北京第3次印刷
开本:850mm×1168mm 1/32 印张:4.625
印数:18001-24000册 定价:8.00元
ISBN 978-7-105-10689-9/H·735(藏 84)

(藏编室电话:64275311 藏文发行科电话:64227665)

修订本前言

《藏文拼音教材(拉萨音)》自 1983 年 10 月由本社出版发行以来,至 2004 年 12 月,前后 6 次印刷,累计发行 43000 册。读者遍布国内外。根据广大读者的意见和要求,编著者进行了这次修订。

本书是在科学研究的基础上,通过多年的教学实践,不断总结提高编成的。它教学适应性强,学术含量高。不但可以根据不同情况,用来对大、中、小学学生或硕士、博士研究生进行课堂教学,分别满足不同程度者的需求;而且可以用来自学或作学术研究的参考。

这次修订,正文部分只更换了个别例词例句,其他一律保持原貌。为了适应藏语的口语和书面语差别较大这一特点,在附录部分中,增添了附录五《外来语的特殊拼写法》,便于学习书面语时认读梵文转写和汉语音译的词语;在附录七《词汇表》中,口语和书面语读音不一致的,增加了口语读法的注音,便于学习口语时正确掌握口语的读音。

学完本书以后,准备向口语方面发展的读者,可以学习本社出版的《拉萨口语读本》、《藏语拉萨话语法》、《轻松学藏语》;准备向书面语方面发展的读者,可以学习云南民族社出版的《藏文阅读入门》。

民族出版社

前　　言

本教材是为大学本科藏语文专业一年级藏语文课编写的，主要适合于非藏族学生初学藏语文用，已会藏语的藏族学生也可以用。

本教材共19课，根据藏文拼音规律安排次序，分为五个单元：一、辅音字母和元音符号（第1—2课），二、后加字（第4—7课），三、下加字（第9—11课），四、上加字（第12—14课），五、前加字（第15—17课）。单元之间还插有三课"连读变音"，最后有一课拼音总结。

本教材所讲的藏语语音和藏文读音都是拉萨音。

学完本教材后，可以掌握全部藏文拼音规则，即能够按拉萨音拼读藏文的任何一个音节，学会藏文印刷体的读和写，同时，也可以掌握藏语拉萨话的整个语音系统，还可以学到380个左右的生词，为进一步学习藏语文打下基础。

讲授本教材，约需60—80学时。

限于我们的水平，一定还有许多缺点和问题，请读者批评指正。

周季文

2010年3月

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

འགོ་བརྗོད།

སློབ་དེབ་འདི་ནི་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་དངོས་གཞིའི་ཚན་ཁག་གི་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཆེད་གཉེར་པའི་ལོ་རིམ་དང་པོའི་སློབ་གཉེར་པས་བོད་ཡིག་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་ཆེད་དུ་རྩོམ་སྒྲིག་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ནི་གཙོ་བོ་བོད་རིགས་མ་ཡིན་པའི་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཐོག་མར་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་པར་འོས་ཤིང་འཚམས་པ་དང་། བོད་སྐད་ཤེས་པའི་བོད་རིགས་སློབ་གྲྭ་བས་བེད་སྤྱོད་བྱས་ནའང་འགྲིགས་པ་ཡིན།

སློབ་དེབ་འདིའི་ནང་ཁྲིད་བསྒོམས་སློབ་ཚན་བཅུ་དགུ་ཡོད། དེ་ཚོའི་གོ་རིམ་སྒྲིག་ཚུལ་ནི་བོད་ཡིག་གི་སྒྲ་སྦྱོར་བྱེད་སྟངས་ལྟར་སྡེ་ཚན་ལྔར་ཕྱེ་ནས་བསྒྲིགས་ཡོད་པ་གཤམ་གསལ། དང་པོ། གསལ་བྱེད་དང་དབྱངས་ཡིག་གི་སྐོར(སློབ་ཚན་དང་པོ་ནས་གཉིས་པའི་བར)། གཉིས་པ། རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེའི་སྐོར(སློབ་ཚན་བཞི་པ་ནས་བདུན་པའི་བར)། གསུམ་པ། འདོགས་ཅན་གྱི་ཡི་གེའི་སྐོར(སློབ་ཚན་དགུ་པ་ནས་བཅུ་གཅིག་པའི་བར)། བཞི་པ། མགོ་ཅན་གྱི་ཡི་གེའི་སྐོར(སློབ་ཚན་བཅུ་གཉིས་པ་ནས་བཅུ་བཞི་པའི་བར)། ལྔ་པ་འཕྲུལ་ཅན་གྱི་ཡི་གེའི་སྐོར(སློབ་ཚན་བཅོ་ལྔ་པ་ནས་བཅུ་བདུན་པའི་བར) བཅས་སྡེ་ཚན་ལྔར་ཕྱེ་ཡོད་པར་མ་ཟད། སྡེ་ཚན་དང་སྡེ་ཚན་གྱི་བར་མཚམས་སུ་བསྡུས་སྒྲིག་བྱེད་སྐབས་སྒྲ་གདངས་འགྱུར་ཚུལ་སྐོར་སློབ་ཚན་གསུམ་བཅུག་ཡོད་པ་དང་། མཇུག་གི་སློབ་ཚན་དེ་ནི་སྒྲ་སྦྱོར་བྱེད་སྟངས་ཕྱོགས་བསྡོམས་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན།

སློབ་དེབ་འདིའི་ནང་དུ་བཤད་པའི་བོད་སྐད་ཀྱི་སྒྲ་གདངས་དང་བོད་

ཡིག་གི་སྒྲ་ཀློག་སྟངས་ཚང་མ་ལྷ་སའི་སྐད་ཡིན།

སློབ་དེབ་འདི་ཉིད་སྦྱངས་ཟིན་རྗེས་བོད་ཡིག་གི་སྒྲ་སྦྱོར་བྱེད་སྟངས་ཚང་མ་ཁོང་དུ་ཆུད་ཐུབ་པ་སྟེ། ལྷ་སའི་སྐད་ལྟར་བོད་ཡིག་གི་སྒྲ་ཚིག་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་ཚང་མ་སྦྱོར་ཀློག་རྒྱག་ཐུབ་པ་དང་། བོད་ཡིག་དབུ་ཅན་འབྲི་ཀློག་ཤེས་ཐུབ་པར་མ་ཟད། ལྷ་སའི་སྐད་ཀྱི་སྒྲ་གདངས་ཆ་ཚང་ཁོང་དུ་ཆུད་ཐུབ་ལ། ཚིག་གསར་ཡང་380ཡས་མས་ཙམ་ཤེས་ཏེ་གོམ་གང་མདུན་སྤོས་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་རྒྱུར་རྨང་གཞི་འདིང་ཐུབ་ངེས་ཡིན།

སློབ་དེབ་འདིའི་འཁྲིད་རྒྱུན་ནི་ཕལ་ཆེར་ཆུ་ཚོད་དྲུག་ཅུ་ནས་བརྒྱད་ཅུའི་བར་དགོས།

ང་ཚོའི་ཆུ་ཚད་དམའ་བའི་སྟབས་ཀྱིས་སྐྱོན་དང་ནོར་འཁྲུལ་མང་པོ་ཡོད་ངེས་ལ། ཀློག་པ་པོ་ཚོས་སྐྱོན་བརྗོད་དང་དག་བཅོས་གནང་རོགས་གནང་།

ཀྲུའུ་ཅི་ལྷུན་ནས།
2010ལོའི་ཟླ་3པར།

རྩོམ་སྒྲིག་འགན་འཁུར་པ། དཔལ་འཛོམས།
责 任 编 辑： 边 宗
མཛེས་ཆ་རྟུས་འགོད་པ། མེ་ལོང་།
装 帧 设 计： 孟龙

བོད་ཡིག་གི་བྲྡ་སྦྱོར་སློབ་དེབ།(ལྷ་སའི་སྐད།)

རྩོམ་པ་པོ།	ཀྲོའུ་ཅི་ལྷུན།
དཔེ་སྐྲུན་མཁན།	མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།
འགྲེམས་སྤེལ་མཁན།	མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་གི་བོད་ཡིག་རྩོམ་སྒྲིག་ཁང་།
གནས་ཡུལ།	པེ་ཅིན་ཧོ་ཕིང་ལི་བྱང་ལམ་ཨང་14པ།
སྦྲག་སྤྲོད་ཨང་གྲངས།	100013
ཁ་པར་ཨང་གྲངས།	010 – 64227665
བརྒྱུད་འཚོང་མཁན།	རྒྱལ་ཡོངས་ས་གནས་སོ་སོའི་ཞིན་ཧྭ་དཔེ་ཚོང་ཁང་།
པར་འདེབས་མཁན།	པེ་ཅིན་མི་རིགས་པར་ལས་ཚད་ཡོད་འགན་འཁྲི་ཀུང་སི།
དེབ་ཚད།	850mm × 1168mm 1/32
པར་ཤོག	4.625
པར་གཞིའི་སྒྲིག་ཐེངས།	1983ལོའི་ཟླ10པར་པར་གཞི་དང་པོ་བསྒྲིགས། 2010ལོའི་ཟླ4པར་པར་གཞི་གཉིས་པ་བསྒྲིགས།
པར་ཐེངས།	2012ལོའི་ཟླ3པར་པེ་ཅིན་དུ་པར་ཐེངས3པ་བརྒྱབ།
པར་གྲངས།	18001 – 24000
རིན་གོང་།	སྒོར8.00

ISBN 978 – 7 – 105 – 10689 – 9/H · 735(བོད་ 84)

目　　录

第一课　辅音字母 …………………………………………（1）
第二课　元音与拼音 ………………………………………（7）
第三课　连读变音(一) …………………………………（12）
第四课　后加字（一）……………………………………（16）
第五课　后加字（二）……………………………………（22）
第六课　后加字（三）……………………………………（27）
第七课　后加字（四）……………………………………（32）
第八课　连读变音（二）…………………………………（36）
第九课　下加字（一）……………………………………（42）
第十课　下加字（二）……………………………………（46）
第十一课　下加字（三）…………………………………（50）
第十二课　上加字（一）…………………………………（54）
第十三课　上加字（二）…………………………………（59）
第十四课　上加字（三）…………………………………（64）
第十五课　前加字（一）…………………………………（68）
第十六课　前加字（二）…………………………………（75）
第十七课　前加字（三）…………………………………（80）
第十八课　连读变音（三）与音节连写 …………………（86）
第十九课　拼音总结 ……………………………………（90）

附录一　发音器官示意图 ……………………（100）
附录二　藏语拉萨话音位系统 ………………（101）
附录三　按拼音规律排列的字母表 …………（108）
附录四　语音和文字对照表 …………………（109）
附录五　外来语的特殊拼写法 ………………（114）
附录六　藏文与转写符号对照表 ……………（119）
附录七　词汇表 ………………………………（121）
附录八　藏文手写体 …………………………（131）
附录九　藏文印刷体笔顺表 …………………（135）

第一课　辅音字母

一　辅音字母（གསལ་བྱེད）

藏文有三十个辅音字母：

ཀ	gaf	ཁ	kaf	ག	kav	ང	ngav
ཅ	jaf	ཆ	qaf	ཇ	qav	ཉ	nyav
ཏ	daf	ཐ	taf	ད	tav	ན	nav
པ	baf	ཕ	paf	བ	pav	མ	mav
ཙ	zaf	ཚ	caf	ཛ	cav	ཝ	wav
ཞ	xav	ཟ	sav	འ	av	ཡ	yav
ར	rav	ལ	lav	ཤ	xaf	ས	saf
ཧ	haf	ཨ	af				

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

1.辅音字母都能单成音节，单成音节时，发音都带有元音 a。

2.辅音字母单成音节时，都带有固定的声调：14 个读高平调，16 个读低升调。

3.辅音字母单成音节时的发音就是它的名称。

二　例词

1. ཁ　嘴，口
2. ང　我
3. ཆ　双，对
4. ཇ　茶
5. ཉ　鱼
6. ད　现在
7. ན　病，疼〈动〉;如果〈连〉
8. ཚ　疼(刺疼)〈动〉
9. ཟ　吃〈现〉
10. ཡ　单的
11. ར　山羊
12. ལ　山（有路的山）
13. ཤ　肉
14. ས　地，土

三　写法

1.印刷体的写法——藏文字体分为印刷体（楷书）和手写体（行书和草书）两大类，手写体又可分好几种（见附录八）。初学者先学印刷体。学印刷体主要是为了阅读，但也要基本上会写。学写时要注意笔顺和工整。

笔顺的基本原则是：

先上后下，先左后右。（见附录九）

工整的基本要求是：

①齐上不齐下——三十字母长短（高矮）不一，写在同一行的字，要上面看齐（ཙ་ཚ་ཛ་除外，头上的“小旗”向上冒出）。例如：ཀ་ཁ་ག་ང་ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་ཏ་ཐ་ད་ན་པ་ཕ་བ་མ་ཙ་ཚ་ཛ་ཝ་ཞ་ཟ་འ་ཡ་ར་ལ་ཤ་ས་ཧ་ཨ་

②比例协调——三十字母中，长（高）的 10 个：ཀ་ཁ་ག་ཉ་ཏ་ད་ན་ཞ་ཤ་ཧ་。短（矮）的 20 个：ང་ཅ་ཆ་ཇ་ཐ་པ་ཕ་བ་མ་ཙ་ཚ་ཛ་ཝ་ཟ་འ་ཡ་ར་ལ་ས་ཨ་。长短（高低）的比例大致是 2 比 1 或 5 比 3。

③横平竖直——所有字母头上的一横和 ཇ་ཛ་ཟ་的中间一横都是平的。ཁ་的左边一竖、ཀ་ག་的中间一竖和 ཀ་ཁ་ག་པ་ཕ་བ་མ་ཟ་ཡ་ལ་ཤ་ས་ཨ་右边的一竖都是垂直的。

④斜向不错——有些笔画类似横竖，但实际上不平不直，是斜的。要注意倾斜的方向不要弄错。ཏ་左边的一竖，略向左倾斜；ཀ་ག་ང་ཇ་ད་པ་ཕ་བ་ཧ་左边的竖和 ཁ་ཕ་中间的一竖，都是向右倾斜的。ཉ་ཏ་ཧ་的收尾一笔，偏往左下方；ད་ན་ཞ་的收尾一笔，是落在右下方。ཁ་ག་ང་ཇ་ཐ་པ་ཕ་བ་ཛ་ཟ་ལ་底下一笔，都是向下倾斜的。

2.标点——两个以上的音节连写时，音节之间用小点（ཚེག）隔开，句子的末尾或句中需要停顿的地方不用小点而用一竖道（ཤད），但有两个例外。

①句尾或停顿的前面的最后一个字母是 ཀ、ག、ཤ 时，则不写小点也不写竖道。

②句尾或停顿的前面的最后一个字母是ང时，则既要写小点也要写竖道。例如：

ཀ་ཁ་ག་ང་།　　ཅ་ཆ་ཇ་ཉ།　　ཏ་ཐ་ད་ན།

པ་ཕ་བ་མ།　　ཙ་ཚ་ཛ་ཝ།　　ཞ་ཟ་འ་ཡ།

ར་ལ་ཤ་ས།　　ཧ་ཨ།

ས་ཆ།　　ཉ་ཤ　　ཉ་ག　　ར་ཤ

四　语文知识

1.语音——语言的声音叫“语音”。它是由人的发音器官发出来的，它能表达意义。(发音器官示意图见附录一)

2.文字与音标——文字和音标都是纪录语言的书写符号。拼音文字的字母虽然也纪录语音，但字母和音素常不一致，同一字母可代表不同的音素，同一音素可用不同的字母来代表；有的一个字母可以代表几个音素，有的几个字母代表一个音素（这些现象，有的是制造文字时就如此，有些是由于历史的发展，语音起了变化的结果）。

音标则是符号和音素的一致，一般是一个符号只代表一个音素，一个音素只用一个符号代表。因此音标不但是精确地纪录语音的符号，也是帮助学习文字和发音的有用工具。通行较广的是国际音标，国际音标可以用来纪录任何一种语言。为了纪录或描写某一种具体语言，也可以制定一种只适用于某种语言语音的音标。本教材用的音标就是专门用以纪录和描写藏语拉萨话语音的一套符号，我们可以叫它为“藏语拉萨话拼音符号”，简称“拼音符

号”。(这套符号大部与汉语拼音方案相同,但有的不同,如 e 的读音和 ja、qa、xa 的写法。它们所代表的具体的音素以及和国际音标的对照,请参看附录二)

3. 音素和音节——音素和音节都是语音的单位。音素是语音的最小单位;音节是语音结构的基本单位。音节可以是一个音素构成的,如 af、av;也可以是由两个音素构成的,如 gaf、kaf、kav、ngav 等;也可以是更多的音素构成的。

4.声调——音节声音的高低和升降叫声调。一个语言(或方言),如果用音节声音的高低和升降来区别语义就说这个语言(或方言)有声调,如果并不靠它区别语义,就说这个语言(或方言)没有声调。

拉萨话有四个声调和一个轻声,四个声调分别用 f、v、h、w 来表示,写在一个音节的末尾,轻声不标符号。(参看附录二)

5.元音和辅音——元音和辅音是音素的两大类。发元音时声带颤动,气流自由呼出,不受任何阻碍;发音器官各部分肌肉的紧张程度是均衡的,气流较弱,如 a。发辅音时,气流在发音器官的某一部分受到一定阻碍;造成阻碍部分的肌肉特别紧张;气流比元音强。例如 g、k、ng、j、q、ny、d、t、n、b、p、m、z、c、x、s、r、l、h 等。有的音在发音时声带颤动,气流受到很轻微的阻碍(摩擦),介于元音和辅音之间,叫做半元音,如 w、y。

6.辅音的分类——辅音可以从发音部位和发音方法两个方面来分类。弄清楚辅音具体的发音部位和发音方法,对于学会正确的发音有很大的帮助。(参看附录二)

练习一

1.抄写三十个辅音字母。

①按顺序抄写；

②分高调、低调两类抄写。

③分高字母和矮字母两类抄写。

2.抄写下列各对字母，注意它们的异同。

ཁ——ག　　ང——ད　　པ——བ　　ཡ——ཨ

ཏ——ད　　ད——ར　　ཏ——ཏ　　ཇ——ཟ

ཅ——ཙ　　ཆ——ཚ　　ཇ——ཛ

3.给下列各对字母注音，并比较它们在发音上的异同。

①｛ཁ　ཆ　ཐ　ཕ　ཚ　ཤ　ས　ཨ
　 ག　ཇ　ད　བ　ཛ　ཞ　ཟ　འ

②｛ཀ　ཅ　ཏ　པ　ཙ
　 ཁ　ཆ　ཐ　ཕ　ཚ

③｛ལ　ལ
　 ན　ར

4.抄写例词并注音。

5.按顺序背诵三十个辅音字母。

第二课　元音与拼音

一　元音符号 (དབྱངས)

藏文有四个元音符号：

ི i　　ུ u　　ེ e　　ོ o

1.元音符号都不能单成音节，必须和辅音字母拼合(所以习惯上不叫“字母”，而叫符号)。

2.元音符号的名称和发音不一致。

元音符号	名　称		发　　音
ི	གི་གུ	kivguf	i
ུ	ཞབས་ཀྱུ	xâbvjuf	u
ེ	འགྲེང་བོ	nzhengvbof	e
ོ	ན་རོ	navrof	o

为了表示元音符号的音，也可以把它们和辅音字母ཨ拼在一起，代表元音：

ཨི i　　ཨུ u　　ཨེ e　　ཨོ o

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com