

甘孜州文史资料

A photograph of a hillside in the Tsimshian region of British Columbia, Canada. The hillside is covered in dense green forest and terraced fields. Several traditional Tsimshian houses with white walls and red roofs are visible, built into the hillside. The houses have multiple stories and decorative elements. The foreground shows a field of corn plants.

中国人民政治协商会议甘孜藏族自治州委员会

甘孜州文史资料

第二十辑·藏族谚语选

中国人民政治协商会议甘孜藏族自治州委员会 编

2003年12月·康定

前 言

谚语，是熟语的一种，它流传于民间，简练通俗而富有意义，是人民群众经验的总结，智慧的结晶。在中华民族大家庭中，藏族是一个特别喜爱谚语的民族。有这样几则谚语，道出了藏族人民群众酷爱使用谚语的情况。它们这样说：“话无谚语无法对人讲，袋无扣绊无法上馱子。”“无谚之话不如不说，无盐之茶不如不喝。”“话无谚难说，器无柄难拿。”“最可口的酒是甘露，最悦耳的话是谚语。”把谚语放到了一个很高的地位。在藏族群众日常生活中，一个人掌握谚语的多少和能否贴切地运用，成为人们衡量此人是否有口才、有学识的标准之一。如果一个人善于运用丰富的谚语与人交际，那么，他就会受到人们的尊重。

藏族谚语的发展有着悠久的历史，并在社会生活中得到广泛运用。敦煌千佛洞石室中发现的藏文写卷中就有一份近40则的《松巴谚语》。藏族文化宝库中的璀璨明珠——《格萨尔王传》中更是运用了大量的谚语，成为藏族谚语的宝库。

藏族谚语，有着它独有的艺术特色、艺术魅力：语言简短精练，论理深刻透辟，具有高度的概括能力；使用

了非常丰富的比喻手法和鲜明生动的形象思维来表达理性认识；偶句谚多，对仗严谨，具有节奏感和音乐美，让人易于上口、流畅易记。

为了弘扬优秀民族文化，在甘孜州政协各位领导的大力支持下，文史委员会办公室从1996年前起就陆续开展藏族谚语的收集、整理、翻译工作。经过几年的努力，现终于成书，共收录藏族谚语1760条。在此过程中，桑吉巴姆同志付出了最多的心血和汗水。成书过程中还得到了甘孜州地方志办公室主任俄邛同志、省藏校布洛老师的热情帮助，在此表示诚挚的谢意！

由于水平有限，本书在选取、翻译、表达上的不当之处，敬请读者批评指正。

编 者

目

录

ཀ	1
ཁ	19
ག	50
ང	88
ཅ	95
ཆ	99
ཇ	110
ཉ	115
ཏ	122
ཐ	141
ད	146
བ	161
པ	171

ସ	182
ଘ	202
ଙ	226
ଞ	263
ଟ	268
ଠ	273
ଡ	277
ଣ	279
ତ	284
ଥ	296
ଦ	297
ଧ	305
ଢ	326
ନ	338
ନ୍	353
ଢ	363
ଣ	367

ཀ

ཀ་བ་ལགས་དང་རྩང་ཁ་མ་རྒྱག

莫去碰撞柱子，

དགེ་བཤེས་ལྟ་དང་ཚེད་པ་མ་རྒྱག

莫同格西辩论

（意谓难胜对方）

ཀ་བ་བཞིན་བྱ་བ་དགོས།

要像柱子般正直，

ཀ་རྩོ་བཞིན་བྱ་བ་ཉན་དགོས།

要像柱石般坚实。

ཀ་བར་འཇག་མའི་ལྷན་པ།

用茅草修补柱子。

（意谓无济于事）

ཀུ་རུའི་བཀོད་པ།

驴子的使唤，

གཡག་ལ་མི་འགྲ།

牦牛不会听。

ཀུ་རུ་མགྱུར་ཆེ་བ་མ་རེད།

并非毛驴跑得飞快，

སྒྲལ་མ་ཆ་ཆེ་བ་རེད།

只因背疮痛得厉害。

ཀུ་ཅེ་ཀང་ལུག་ཐུང་ན་ཡང་།
ལ་དང་ལུང་པ་བརྒྱབ་ནས་འགྲ།

毛驴四肢虽短，
却能翻山越岭。

ཀུན་ལ་ཕན་པའི་སེམས་དགོས།
ཁྱེད་ཀྱི་ལ་ཕན་པའི་ཆེག་དགོས།

要有利众之心，
要有益友之言。

ཀུན་དང་མཐུན་པའི་ཆེག་དགོས།
ཁྱེད་དང་མཐུན་པའི་སེམས་དགོས།

与众随和在于言，
与友深交在于心。

ཀོ་གྲུ་གར་གཏོང་མཉན་པའི་ལག

开船任艄公。

ཀོ་མ་རྟ་ལ་བྱམས།

皮鞍适于马，

བྱིང་ལྷ་མ་རྟ་ལ་བྱམས།

毡靴适于脚。

དཀའ་བའི་དུས་སྟེ།

患难中知朋友的好坏，

གྲོགས་པོའི་བཟང་ངན་རྟོག།

泥滩中知骏马的力气。

འདས་ཇམ་ནང་དུ།

（同“甘泉知于口渴时，

རྒྱ་པོའི་ཤིང་གྲགས་ཤེས།

良友识于患难中”）

དཀའ་བའི་ལས་མ་བྱེད་ན།

不做艰辛事，

ཞིམ་པོའི་བས་མི་ཐོབ།

何来美味食？

དཀའ་ལས་བྱ་རུས་སྤྱད་ན།

一勺辛劳一勺果。

འབྲས་བུ་བྱ་རུས་འཁོར་ཡང་།

དཀའ་ལས་སྤྱ་བས་བརྒྱབ།

棍棒出力，

ཡངས་སྤྱད་བྱ་རུས་གཙུག།

木勺搅功。

（喻不劳而获）

དཀར་ཤེལ་ཐམ་ལག་ལ་བཞག

手握水晶印章，

ཐོབ་འཕུ་རྟག་མགོ་ལ་བཙུགས།

头戴乌纱帽儿。

དཀར་ལས་ཅེ་ཅམ་བབྱབ་ན།

付出多少辛劳，

འབྲས་བུ་དེ་ཅམ་འཐོབ་ཡང་།

获得多少成果。

དཀར་ན་ཞོ།

白酪赤血

དམར་ན་ཁྱག

（意谓是好是坏，说个明白）

དཀར་ཡལ་སྒྱུར་སྒྱུར།

如摔瓷碗，

སྒྱད་པ་ཆེལ་ཆེལ།

如捻毛线。（喻小心翼翼）

དཀོན་གཉེར་ཕྱི་བདར་མང་ན།

庙祝擦拭太高明，

གསེར་སྒྱུར་ག་ལ་བཏང་ཡང་།

镀金佛像变黄铜。

བཀག་ན་མི་ཐུབ་ཕྱི་ངན།

挡不住的恶狗，

བཤད་ན་མི་ཉན་མི་ངན།

教不好的坏人。

བཀྱུ་དགོས་པའི་དྲིན་ཆེན་པ་མ།

可敬的是父母，

སྤྱག་དགོས་པའི་གཤེན་རྩེ་ཆོས་རྒྱལ།

可怕的是阎王。

བཀོད་པ་རང་གི་སེམས་ན་ཡོད།

主意在心里，

ཆམ་པ་ཆམ་སྐྱེའི་ནང་ན་ཡོད།

糌粑在袋里。

（喻同胸有成竹）

བཀོད་པ་ཞིབ་གསལ་མེད་ན་འཇུག་དཀའ།

指示不详，难于执行；

སྐད་ཆ་ཞིབ་གསལ་མེད་ན་གོ་དཀའ།

言语不明，不好理解。

བཀོལ་མ་ཤེས་ཡོན་ཏན་པན་མེད་རེད།

有了学问不应用，

འདེབས་མ་ཤེས་ས་ཞིང་སྟོང་པ་རེད།

如同良田不耕种。

རྒྱུ་པར་ཆེར་མ་བྱུག་དུས་རྟོག་པ་བྱན།

脚上扎了刺，

方才想鞋底。

རྒྱུ་པ་པར་བརྒྱུངས།

伸着脚，

ཉི་མ་ཚུར་བསྟོན།

晒太阳。（喻饱食终日）

རྒྱུ་གི་ལྷ་མ་གྲག་བཟོ་དུས།

缝制鞋子时，

ལྷ་མར་དཔེར་ལེན་མ་བྱེད།

莫照帽儿样。

རྒྱུ་བས་ས་མ་རེག་ལ།

脚未着地，

སྤྱི་པོས་གནམ་རྟོ།

头却顶天。

（同“癞蛤蟆想吃天鹅肉”）

རྒྱུ་ལག་ཡོད་ཀྱང་དཔའ་མེད་ན།

虽有手足无壮志，

ལུང་དང་རྩ་ཆེན་བརྒྱལ་བ་དཀའ།

山谷大川难渡越。

རྒྱུ་ནད་ལ་མགོ་སྤྲོན་སྟེ།

脚痛不医治头痛。

རྒྱུ་པ་གཅིག་ལ་ཆོར་མ་བརྒྱ་བྱུག

一脚扎上百根刺。

(喻磨难众多)

རྒྱུ་འོག་གི་དེུ་དཔལ་བར་འཕར།

足下石子弹上额头一真巧

རྒྱུ་རྗེས་ལག་བཤེབས།

脚印被手抹掉。

(意谓前功尽弃)

རྒྱུ་པ་ཡ་གཅིག་མ་ཚུགས་པར།

一只脚不落地，

གཉིས་ཀ་བཏེན་ན་འགྱེལ་བར་ངེས།

双脚同抬必跌跤。

རྒྱུ་གཉིས་ཅན་གྱི་མི་མ་བཤ།

四只脚的畜都会跌倒，

སྤྱག་བཞིའི་དུང་འགྲོ་འགྱེལ་ཡང་སྤྱི།

何况是两只脚的人。

རྒྱུ་ཇག་མེད་ན་མེ་བ་སྦྱིད།

没有盗贼人民安居，

རྩི་རིལ་མེད་ན་ཅིག་པ་བརྟན།

没有圆石房屋好垒。

རྒྱལ་རྒྱལ་རྒྱལ་ལངས།

助盗长恶。

(意谓为坏人撑腰)

རྒྱལ་མ་ནེ་ཁུ་ཕྱིན།

窃贼逃林间，

རྒྱལ་ཁྱེད་ལ་བཅད།

追踪向草原。

(喻南辕北辙)

རྒྱལ་མ་ལ་དཔའ་དར།

奖励小偷，

ཁྱེད་ཀྱི་ལ་ཁྱེད་ཁྱེད།

保护恶狼。(喻养虎为患)

རྒྱལ་མ་ནེ་རྩ་བཞག

屋内留贼，

སྒྲིལ་གསུམ་ཕྱི་ལ་རྒྱག

门外上锁。(同多此一举)

རྒྱལ་མ་གར་ཡོད་མི་ཤེས།

不知小偷在哪里，

སངས་རྒྱལ་གར་བཞུག་མི་ཤེས།

不知佛陀在何方。

(喻意料不到)

རྒྱུ་པའི་ལྷག་གིས་མ་བསྐྱལ་ན།

骑士不用鞭子策，

བཙོན་འགྲུས་རྟ་ཡི་བརྒྱད་པ་བུལ།

骏马步伐亦缓慢。

རྒྱུ་རྩོལ་གྱི་ཡང་།

野骡死于南地，

མགོ་བྱང་ལ་གཏད།

骡头仍向北方。

（喻落叶归根）

རྒྱུ་ངན་གྱོགས་ཤར།

逆缘变顺境。

（意谓坏事变成好事）

རྒྱུ་གཅིག་ནས་བྱང་བའི་ན་ཚ།

一个原因引起的病，

ཀོ་བ་གཅིག་ནས་དྲས་པའི་རྒྱ་བྲ།

一张牛皮割下的弦。

（喻如出一辙，一丘之貉）

སྐྱ་ན་ཚུ་སྒྲག་མཁན་ཡོད།

稠时有人加水，

སྐྱ་ན་ཕྱེ་འདེབས་མཁན་མེད།

稀时没人加面。

སྐད་ཆ་ཁྱད་ཅུང་འགྲེ་ཆང་།

话语虽少却有头有尾，

ལུང་པ་ཆུང་ཅུང་ཚུ་ཆུ་འཛམས།

山谷虽小却有水有草。

སྐད་ཆ་བསམས་ནས་བཤད་དགོས།

话要想好了再说，

ཅམ་པ་བལྟ་ནས་མིད་དགོས།

饭要嚼细后再咽。

སྐད་ཆ་མང་ན་འཕྱག་འགྲོ།

话多易错，

སྤྱད་པ་རིང་ན་ཆད་འགྲོ།

线长易断。

སྐད་འདར་བའི་ཟླ་ལ་སྒྲན་རྒྱ་མེད།

颤抖的歌声不悦耳，

ལག་འདར་བའི་བྲིས་ལ་ཡག་རྒྱ་མེད།

颤抖的书法不美观。

སྐད་ཅིར་ཆེ་བའི་བྱ་མོར་སྒྲིང་མེད།

爱叫的鸡不下蛋，

ཁ་ཕོ་ཆེ་བའི་མི་ལ་སྙིང་སྟོབས་མེད།

夸口的人没胆量。

སྒྲིལ་མེད་གེ་དཀར་མ་ཆེ་ཡང་།

ཕན་སྒྲིལ་ན་ཆུང་ཐོགས།

雪狮名气虽大，

没有门犬中用。

（喻名声不如实用）

སྐབས་སུ་བབ་པའི་གཏམ།

དུས་སུ་བབས་པའི་ཆར།

应时的话，

及时的雨。（喻恰到好处）

སྐར་མ་ཡར་སྒྲེལ།

ཉི་མ་ཚུར་བསྐྱེ།

送走星星，

迎来太阳。（喻夜以继日）

སྐྱེ་ཉི་མའི་ནང་ལ་བཞུགས་ནས།

གསུང་གི་བ་མའི་ནང་ལ་མ་གསུང་།

身处阳光下，

莫讲影中话。

（喻明人不说暗话）

སྐྱེ་ཆེ་བ་རི་རྒྱལ་ལྷན་པོ་ཡིན་ནའང་།

གསུང་ཆུང་བ་ཨ་བྲའི་རིལ་མ་འདྲ།

身材高大象大山，

声音小如地鼠屎。