

- ཀ ཀ ཀ
 - ཁ ཁ ཁ
 - ག ག ག
 - ཇ
 - ཉ ཉ ཉ
 - ཊ ཊ ཊ
 - ཋ ཋ ཋ

བོད་ཡིག་ཆར་གཞིའི་སྒྲིབ་དེབ།

藏文基础教材



- ཌ ཌ ཌ
 - ཌྷ
 - ཎ ཎ ཎ
 - ཏ
 - ཐ
 - དྷ དྷ དྷ
 - ན ན ན
 - པ པ པ
 - བ བ བ
 - མ མ མ

མི་རིགས་དཔེ་སློན་ཁང་།

བོད་སྐད་སྐད་སྐད་ཀྱི་ཆེན་མོ་ལོ་སྐད་ཀྱི་ལོ་

བོད་རང་སྐད་སྐད་སྐད་ཀྱི་ལོ་སྐད་ཀྱི་ལོ་སྐད་ཀྱི་ལོ་སྐད་ཀྱི་ལོ་

本书由西藏自治区教材审查委员会审查通过

བོད་ཡིག་ཆུང་གཞི་རི་སྐད་དེ་བ། 藏文基础教材

གཙོ་འགན་ཚུ་མ་སྐྱེག་པ།

主 编

གཙོ་འགན་ཚུ་མ་གཞི་ལ།

副主编

དར་བྱས། ཆོ་བརྟན་རྟོ་རྒྱུ།

达尔杰 次旦多吉

ལྷག་པ་ཆོ་རིང་། བསྐྱེད་ཡ།

拉巴泽仁 索亚

མེ་རིགས་དཔེ་སྐྱེད་ཁང་།

བར་བཅུག་རིམ་འབྲི་མཁན། ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཆན།

插图： 西绕坚参

ཙམ་སྒྲིག་འགན་འཁུར་པ། ངག་དབང་ཐུན་ཚོགས།

责任编辑： 阿旺平措

མདུན་ཤོག་རྩས་བཞུད་པ། ཀམ་རྩི་མེ་ཆེ་རིང་།

封面设计： 吾要

༄༅། བོད་ཡིག་མང་གཞིའི་སྒྲིབ་དེབ།

དར་རྒྱས་དང་ཆེ་བཟན་རྩོམ་སྒྲིག་གིས་ཚམ་སྒྲིག་བྱས།

དཔེ་སྐྱུན་མཁན།

མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་།

འབྲེམས་སྒྲིལ་མཁན།

མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་གི་བོད་ཡིག་ཚམ་སྒྲིག་ཁང་།

གནས་ཡུལ།

པེ་ཅིན་རྩི་ཕིང་ལི་བྱང་ལམ་ཨང་14པ།

སྒྲིག་ཨང་།

100013

ཁ་བར་ཨང་གྲངས།

010 - 58130509

བརྒྱུད་འཛོལ་མཁན།

རྒྱལ་ཡོངས་ས་གནས་སོ་སོའི་ཞིན་ཏུ་དཔེ་ཆོང་ཁང་།

པར་འདེབས་མཁན།

དབྱི་རྩའི་པར་འདེབས་ཆད་ཀྱང་སི་ནས་པར་བཏབ།

དྲིང་ཆད།

850mm × 1168mm 1/32

པར་ཤོག

7.125

པར་གཞིའི་སྒྲིག་ཐབས།

2006ལོའི་ཟླ་4པར་པར་གཞི་དང་སོ་བསྒྲིགས།

པར་ཐབས།

2006ལོའི་ཟླ་4པར་པེ་ཅིན་ཏུ་པར་ཐབས་དང་པོ་བརྒྱབ།

པར་གྲངས།

0001 - 3000

རིན་ཐང་།

ཟླ་རྩ་10.00

图书在版编目(CIP)数据

藏文基础教材/达尔杰、次旦多杰等编著. - 北京:
民族出版社, 2006. 4

ISBN 7-105-07650-X

I. 藏… II. 达… III. 藏语-教材 IV. H214

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 035922 号

藏 文 基 础 教 材

ZANGWENJICHUJIAOCAI

出版发行	民族出版社
地 址	北京市和平里北街 14 号
邮 编	100013
印 装	迪鑫印刷厂印刷
经 销	各地新华书店
开 本	850mm×1168mm 1/32
网 址	www.e56.com.cn
印 张	7.125
版 次	2006 年 4 月第 1 版
印 次	2006 年 4 月北京第 1 次印刷
印 数	0001-3000 册
定 价	10.00 元

该书如有印装质量问题,请与本社发行部联系退换
(藏文室电话:010-58130509)

ཚུན་འགྲོའི་གཏམ།

པོད་མི་རིགས་ནི་ལོ་རྒྱུས་ལྷན་རིང་ལུགས་པའི་གནའ་པོའི་མི་རིགས་ཤིག་
ཡིན། མི་རིགས་འདིར་རང་མི་རིགས་ཀྱི་བྱད་ཆོས་ལུགས་པའི་ཆེས་ལྷན་སྐྱེས་
ཆོགས་པའི་རིག་གནས་དང་། རིག་གནས་འདི་རིགས་ས་ཆ་ལྷན་བྱུང་བྱུང་སྟོང་
དང་། ལྷན་འདྲེན་བྱ་ཆེད་ཀྱི་ཆ་ཆེའི་ལག་ཆ་སྟངས་དང་ཡི་གེ་ཆ་ཆར་བ་ཞིག་ཡོད།
མི་རིགས་འདིས་ལོ་རྒྱུད་ལྷན་མང་པོའི་ནང་རང་གི་སྟངས་དང་ཡི་གེ་འདི་
གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་བསམ་པ་བརྩེ་རེས་དང་། པོད་ཀྱི་སྟོན་སྟེང་དང་། འཆོ་
བ། རིག་གནས། དཔལ་འབྱོར། ཆོན་རིག་བཅས་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་
བར་བྱས་ཏེ་འཛམ་གླིང་འདི་ཡི་རིག་གནས་བར་མཐོང་དེ་བས་ལྷན་སྐྱེས་རེ་
ཆོགས་སུ་བཏང་ཡོད།

མི་རིགས་གང་དང་གང་ཡིན་ཏེ་སྟངས་དང་ཡི་གེ་རྟོགས་ན་མི་རིགས་ནང་
ཁྲུལ་དང་། མི་རིགས་སན་ཚུན་ཀྱི་སེམས་ཁམས་དང་། མི་རིགས་གང་ཡིན་
དེའི་རིག་གནས་ལ་རྒྱས་མང་འཕྲོང་བ་འདི་བཞེན་ས་ཡི་གེ་ལ་འདིའི་སྟོན་གི་སྟོ་
ལུགས་མང་པོ་ཞིག་ནས་ཀྱང་པོད་ཀྱི་སྟངས་དང་། ཡི་གེར་སྟོང་བཙོན་དང་། ཞིབ་
འཇུག་གི་ལས་ལ་ཞུགས་ཏེ་པོད་མི་རིགས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་དང་། རིག་གནས་
ལ་རྒྱས་ལོན་དང་། མི་རིགས་བར་སན་ཚུན་ཡིད་ཆེས་དང་སྟོན་འགྲུལ་བྱུང་
བྱུང་འབད་བ་བྱ་སྤྱོད་ལགས།

ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྐབས་བབས་འདི་ལྟའི་དུས་ན་པོད་ཀྱི་ཡི་གེ་ཅམ་མ་བད།
པོད་ཀྱི་སྟངས་ཆ་སྟོང་པའི་ལྷན་ལམ་ཞིག་འཆོལ་ཞིབ་བྱ་རྒྱ་ལོང་ཆོའི་ཁ་ཆ་དགོས་

གཏུགས་ཀྱི་ལས་འགན་ཞིག་དང་། ལས་འགན་འདི་ནི་ངེས་པར་བསྐྱབ་དགོས་
 པ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། རྟག་པར་དུ་“རྒྱ་རིགས་མང་ཚོགས་དང་རྒྱ་རིགས་ལས་
 རྒྱུད་པས་མི་རིགས་ས་ཁུལ་དུ་རྟག་པར་གྲངས་ཉུང་མི་རིགས་དང་འབྲེལ་གཏུག་
 རྒྱུད་དགོས་པས་ས་གནས་དེ་གའི་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཤེས་པ་ཡིན་ན་མང་
 ཚོགས་ཁོང་དུ་ཐབ་འཇུག་ཤིང་སྐྱབ་པ་དང་། འགལ་ཆ་མེད་ཀྱི་ཐབ་པ། གྲངས་
 ཉུང་མི་རིགས་དང་འོགས་པ་ཞིག་ལྟ། ཤེས་བྱ་སྤྲོད་སྤྲོད་དང་། ལས་དོན་སྐྱབ་
 རྒྱ་བཅས་ལ་རྟུགས་བདེ་པོ་ཡོད་” ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་འདི་ལྟའི་དམིགས་
 དུལ་དང་ལས་འགན་སྐྱབ་མྱོང་ང་ཚོས་རྒྱ་རིགས་སྤྱོད་སྐྱོག་པོད་ཡིག་ཆེད་སྤྱོད་དུ་
 བརྟུ་བའི་སྐབས་དང་བརྟུན་ནས་«པོད་ཡིག་ཆ་རྒྱ་གཞིའི་སྤྱོད་དེབ་» ཅེས་པའི་
 བསྐྱབ་གཞི་འདི་ཚོམ་འབྲི་བྱ་རྒྱའི་འགན་ཁྲུང་བ་ཡིན།

འདི་ལྟ་ཡིན་མོད་སྤྱོད་གཞི་འདི་བཞིན་ཚོམ་འབྲི་བྱ་བར་དུ་ས་ཆོད་སྐྱབ་པ་
 དང་། ཡང་སྐོས་ཚོམ་འབྲི་མཐའ་གྱི་དངོས་ཡོད་རྒྱ་ཆ་དང་སྐོས་ཀྱིས་ཁྱེན་པས་
 སྤྱོད་གཞི་འདིའི་ནང་མི་ཐེང་བའི་ཞན་ཆ་ཡོད་མྱོད་པས། སྤྱོད་གཞི་འདི་ཉིད་
 རེད་སྤྱོད་གནང་མཐའ་དང་། གཞུར་གནས་མཁྱེན་ཐོན་ནས་རྒྱ་སྤྱོད་བརྒྱུད་ཡོ་
 བསྐྱར་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ལགས།

རྩམ་སྒྲིག་པས།

༡༩༩༩ལོའི་ཟླ་༡ཆེས་༡༠ལ།

དཀར་ཆག 目 录

གསལ་བྱེད། 辅音字母 (1)

སླབ་ཚན་དང་པོ། ཀ་ཕྱེ་ནས་པ་ཕྱེ་བར།
第 一 课 从 ཀ 组至 པ 组 (2)

སླབ་ཚན་གཉིས་པ། ཅ་ཕྱེ་ནས་ཏ་ཕྱེ་བར།
第 二 课 从 ཅ 组至 ཏ 组 (5)

སླབ་ཚན་གསུམ་པ། དབྱངས་བཞི།
第 三 课 四个元音 (15)

སླབ་ཚན་བཞི་པ། མགོ་ཅན།
第 四 课 上加字 (21)

བྱོགས་བཅུས་བསྐྱར་བྱུང་དང་པོ།
综 合 复 习 一 (26)

སྒྲིབ་ཆན་ལྔ་པ། འདོགས་ཅན།

第 五 课 下加字…………… (29)

སྒྲོབ་ཆེན་རྒྱལ་པ། བཅེས་ས་འདོགས་ཅན།

第 六 课 叠加字…………… (36)

ལྷོ་གན་པལ་པལ་པལ་པལ་པལ་གཉིས་པ།

綜 合 復 習 二 (38)

སྒོ་བ་ཚན་བརྒྱན་པ། མིང་གཞི་དང་རྗེས་འབྲུག་གི་ལྷན་ཚུལ།

第七课 基字和后加字的拼合。…………… (41)

ལྷོ་པ་ཆེན་པ་རྒྱུད་པ། ཟིང་པ་ཞི་དཔ་སེམ་འབྲུག་པ། དཔ་འབྲུག་པ་ལོ་ལྷོ་པ་ཆེན་པ།

第 八 课 基字和后加字及再后加字的拼合。…… (49)

སྒོ་བ་ཚན་དགུ་པ། མིང་གཞི་དང་། དབྱངས། རྗེས་འཇུག་།

གཏུག་གི་ལྷན་རྒྱེད།

第 九 课 基字和元音及后加字的拼合。…………… (56)

སྟོབ་ཚན་བརྩུ་པ། མིང་གཞི་དང་། དབྱངས། རྗེས།

མགོ་འདྲེན་ས་བཅས་ཀྱི་སྤྱོད་ཚུལ།

第十课 基字和元音、后加字、上、下加字的拼合。

$$\dots\dots\dots (62)$$

སྒོ་བ་ཚན་བརྒྱ་གཅིག་པ། མིང་གཞི་དང་སྒོ་བ་འདྲ་གཞི་སྒྲིང་ཚུལ།

第 十 一 课 基字和前加字的拼合。…………… (71)

བྱོལ་ས་བསྐྱུས་བསྐྱུར་སྒྱིར་གསུམ་པ།

综 合 复 习 三 (80)

སློབ་ཚན་བཅུ་གཉིས་པ། བྱིད་རང་པ་ཡུལ་ག་ནས་ཡིན་པ།

第 十 二 课 你的家乡在哪里? (84)

སློབ་ཚན་བཅུ་གསུམ་པ། སྤན་ཁང་ལ་ན་ཚ་ལྷ་བར་འགྲོ་བ།

第 十 三 课 到医院看病去。 (93)

སློབ་ཚན་བཅུ་བཞི་པ། ང་བོད་ལྗོངས་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་སློབ་སྟུག་ཡིན།

第 十 四 课 我是西藏大学的学生。 (102)

སློབ་ཚན་བཅ་ལྔ་པ། འཛིན་གྲྭ་ཆོག་ས་སོང་།

第 十 五 课 上课了。 (110)

སློབ་ཚན་བཅུ་དྲུག་པ། ཁྲོམ་ལ་འགྲོ་བ།

第 十 六 课 上街。 (122)

བྱོལ་ས་བསྐྱུས་བསྐྱུར་སྒྱིར་བཞི་པ།

综 合 复 习 四 (134)

སློབ་ཚན་བཅུ་བདུན་པ། ང་ཡང་དུག་ལོག་གཅིག་བཟོ་དགོས་ཡོད།

第 十 七 课 我也要做一件衣服。 (139)

སློབ་ཚན་བཅ་བརྒྱད་པ། ཁ་པར་རྒྱག་པ།

第 十 八 课 打电话。 (149)

སློབ་ཚན་བཅུ་དགུ་པ། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་བྱ།
 第 十 九 课 感谢。 (163)

སློབ་ཚན་ཉི་ཤུ་པ། སློ་ཁོག་ཆེན་པོས་བོད་སྐད་ཤོད་པ།
 第 二 十 课 大胆地说藏话。 (176)

སློབ་ཚན་ཉི་ཤུ་ཙ་གཅིག་པ། ཞོགས་པ།
 第 二 十 一 课 早晨。 (188)

སློབ་ཚན་ཉི་ཤུ་ཙ་གཉིས་པ། དུས་ཚོད་ཤོད་པ།
 第 二 十 二 课 说时间。 (200)

ཐོགས་བཟུས་བཟུང་སྒྲོང་ལ།
 综 合 复 习 五 (209)

ཐུན་སྒྲོང་དུས་གསུམ་གྱི་རེད་མིག་ཁག་གཅིག་
 部分常用的动词时态变化表 (214)

གསལ་བྱེད། 辅音字母

藏区通用的藏文拼音文字创始于七世纪(吐米桑布扎创始),它具有一千三百多年历史,是比较先进的文种之一,自左向右横写。藏文有三十个字母,四个元音符号。

1. ཀ་ཀམ་ཀུ་ 2. ཅཅ་ཅུ་ 3. ཉ་ཉམ་ཉུ་
4. པ་པམ་པུ་ 5. ཅ་ཅམ་ཅུ་ 6. འ་འམ་འུ་
7. ར་རམ་རུ་ 8. ཏ་ཏམ་ཏུ་

以上三十个藏文辅音字母按照藏语文的发音部位以及音调强弱规律,每四个字成一组,共七个半组,前五组具有发音部位相同的特征,并由强到弱序列固定。藏文辅音字母都可以自成音节。

སློབ་ཆན་དང་པོ། 第一课

ཀ་ཁྱེ་ནས་ལ་ཁྱེ་འི་བར།

ཀ组至 ལ组

1. ཀ་ཁྱེ་དང་ཅ་ཁྱེ།

ཀ组和 ཅ组

ཀ། ཁ། ག། ང།

ཅ། ཆ། ཇ། ཉ།

ཀ་ཁ་ཀ་ཀ།	ཀ་ཁ་ཁ་ཁ།
ཀ་ཁ་ད་ག།	ཀ་ཁ་ད།
ཀ་ཁ་ཅ་ཅ།	ཀ་ཁ་ཅ་ཆ་ཆ།
ཀ་ཁ་ཇ་ཇ།	ཀ་ཁ་ཇ་ཉ།

2. ག་ཀྱིས་གསལ་ཆོག་ནས་འབྲི་ལྟོག་བྱ་ཞུ།

读写下列单词

ཁ། སྐྱེ།, 口

ཇ། ཇ། 茶

ད། ཇ། 我

ཉ། ཇ། 鱼

ཆ། ཇ། 双, 对

3. ཉ་ཐེ་དང་པ་ཐེ་

ཉ་组和 པ་组

ཉ་ ཐ་ ད་ བ།

པ་ མ་ བ་ མ།

- ཉ་	- ཐ་ ཐ་ ཐ་ ཐ་
- ཉ་ ད་	- པ་ མ་
- ཉ་ ར་ མ་	- ཉ་ ར་ མ་ མ་
- ཉ་ ར་ བ་	- པ་ མ་ མ་ མ་

4. གཤམ་གསལ་གྱི་ཚིག་རྣམས་འབྲི་སྟོན་བྱ་དགོས།

读写下列单词

བ། 病、痛(动)

ཁ་བ། 雪

པ་ཁ། 父亲

ཐ་མ་ཁ། 香烟

པ་མ། 父母

ན་ཁ། 草坪

ཐ་མ། 最后

ད་མ། 最近

ཐ་ན། 甚至

ཉ་ག། 藏两(旧重量

ཀ་བ། 柱子

单位)

ཐུང་གཞི་དང་ཕྱོད་

练习一

1. གསལ་བྱེད་སྤྱི་ཅུ་ཐེ་པ་ག་ཚེད་ལ་དབྱེ་སམ།

藏文辅音字母分为几组？

2. ཀ་ཐེ་ནས་པ་ཐེ་འི་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་རྣམས་ངག་འཁྱིལ་བྱེད་དགོས།

默写 ཀ་组至 པ་组的辅音字母。

3. ཚིག་གྲོགས་བྱུར་གྱི།

组 词

ཁ་ _____ ཅ་ _____ ས་ _____

ད་ _____ བ་ _____ ཉ་ _____

4. དྲིག་སྒྱུར་བྱ་གྱི།

翻译下列单词

ཆ་

ཇ་

ང་

ཀ་བ་

པ་ཕ་

ན་ཁ་

ཉ་ག་

སྒྲིབ་ཆན་གཉིས་པ། 第二课

ཙ་ཨྲེ་ནས་ཏ་ཨྲེ་འི་བར།

ཙ组至 𑐵组

1. ཙ་ཨྲེ་དང་ཞ་ཨྲེ།

ཙ་ ཆ་ ར་ ལ།

ཙ་组至 𑐵组

ཞ་ ཟ་ འ་ ཡ།

ཙ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་	ཙ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་
ཙ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་	ཙ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་
ཙ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་	ཙ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་
ཙ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་	ཙ་ ཏ་ ཏ་ ཏ་

2. གཤམ་གྱི་ཆོག་ནམས་འབྲི་སྒྲིག་བྱ་དགོས།

读写下列单词

ཆ་ 热

ན་ཆ་ 病

ལ། 狐狸

ཟ་ལ། 饭

ཟ། 吃(现)

ཉ་པ། 渔民

ཡ། 单的

3. ར་ཇི་དང་ཏ་ཇི།

ར་组和 ཏ་组

ར་ ལ་ ཤ་ ས།

ཏ་ ཡ།

ར་ར་	ར་ར་ར་ལ་
ར་ཤ་ཤ།	ར་ར་ས་ས་
ར་ར་ཏ་	ར་ར་ཡ་ཡ་

4. གཤམ་གྱི་ཆོག་རྣམས་འབྲི་ལྟོག་བྱ་དགོས།

读写下列单词

ར། 山羊

ཞ་ལ། 泥墙灰

ཤ། 肉

ལ་ཁ། 山顶、山口

ས། 地、土

ལ་ཆ། 紫胶

ཆ་ལ། 硼砂

ས་ཆ། 地方

ཞ་ར། 盲人

ར་ཤ། 山羊肉

ཡམ། 爸爸

ཉ་ག། 鱼肉

ཡམ། 妈妈

5. མཐུག་པོའི་ཡིག་ལ། 重叠字:

ཨ་ ཅ་ ཉ་ ཐ་ ཊ་

6. ཡིག་པོའི་ཡིག་ལ། 倒字,

ཌ་ པ་ ཏ་ བ་ ཕ་

7. མཐར་ཟད་ཡིག་གཅིག་ 殿后字,

ལ།

8. ལ་སྟོན་ཡིག་གཅིག་ 增字

ལ་