

藏族民间故事精选

跑马山下的传说

青蛙骑手

程圣民 著
民族出版社



青蛙

跑马山下

江苏工业学院图书馆
藏书章

传说

责任编辑:卓玛吉

装帧设计:翟跃飞

版式设计:孟 龙

图书在版编目 (CIP) 数据

藏族民间故事精选/程圣民著. —北京:民族出版社,
2003

ISBN 7-105-05881-1

I. 藏... II. 程... III. 藏族-民间故事-作品集
-中国 IV. I277.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 113789 号

zàng zú mín jiān gù shì jīng xuǎn

民族出版社出版发行

北京市和平里北街 14 号 邮编 100013

<http://www.e56.com.cn>

民族出版社微机照排 北京市艺辉印刷有限公司印刷

各地新华书店经销

2004 年 1 月第 1 版 2004 年 1 月北京第 1 次印刷

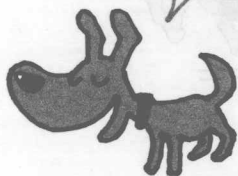
开本:850 毫米×1168 毫米 1/32 总印张:24.625

印数:0001-5000 册 定价:全套 48.00 元(本册定价:16.00 元)

该书如有印装质量问题,请与本社发行部联系退换

(总编室电话:64212794;发行部电话:64211734)

目录



金瓜 1
三兄弟的故事 9
爱笑的石头 19
狼精 25
快乐的梦 33

斯郎 41
三〇美酒 47
莲花仙子 57
益西央珠 69
金鼓和银锤 81

益超仙女 91
王子和仙女 99
鹿女 107
霞光仙子 113

牧童和桃郎神 121
小鸟交朋友 129
牧童索巴 137
青蛙骑手 143



羊尾巴的故事 201
兔子为什么是三瓣嘴 209
神马 213
失去母亲的孩子 227

小羊、小兔和狼 157

吉祥宝珠 163

司萝王 173

猴王热桑 183

阿奶找孙子 191

嘎玛查卓和日嘎 237

苦命的姆格桑 249

彩吉 257



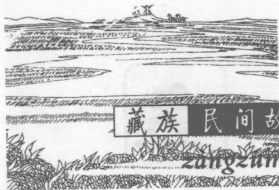
在云雾缭绕的山谷里，有一个家家户户的屋顶都飘扬着经幡的寨子。寨子的尽头，有一座石头垒的两层平顶房子。布呷和洛让穷穷两兄弟，就住在这座石头房子里。

有一天，哥哥布呷对弟弟洛让穷穷说：“穷穷，俗话说，树大分叉，人大分家。阿爸阿妈死了快一年了，我们把家分了算啰！”洛让穷穷回答道：“哦呀^①！”布呷说：“我年纪比你大，我住楼上，你住楼下^②！”洛让穷穷说：“哦呀！”布呷说：“我是你的阿哥，家里的牛羊全归我！”洛让穷穷又点点头。布呷又说：“我是你惟一的亲人了，家里的酥油啦糌粑啦，也全归我了！”洛让穷穷想了想，还是说：“哦呀！”布呷眯着眼睛咬住嘴唇忍住笑，又说：“世上只有我最疼你了，我把那把锋利的砍柴刀分给你，你以后靠打柴为生吧！”洛让穷穷说：“阿哥能不能再分给我一根牛毛绳？”布呷歪着嘴巴揉着眼睛想了一会儿，才勉强说：“好吧，就分一根给你！”

洛让穷穷每天都把砍来的柴分成三捆。一捆送给布呷烧，一捆用来换一个荞面馍馍，还有一捆自

① 哦呀：藏语音译，意为“是”的意思。

② 楼下：藏胞的住房，一般是楼上住人，楼下关牲口。



己留下。晚上，冷风吹得呜呜响，洛让穷穷生一个火堆在身边。温暖的火苗为他赶走了寒气，他像盖上了柔软的毛毡子，很快就睡熟了。

一天，洛让穷穷正在山坡上砍柴，忽听得一阵凄凉的叫声：“呀！呀呀！呀！呀呀！”他四下一看，瞧见一只小喜鹊跌落在草丛里，跛着小脚，“呀呀”直哭。洛让穷穷连忙放下砍柴刀，弯下腰，轻轻捧起了喜鹊。他在喜鹊的伤脚上吹了又吹，抹了又抹。喜鹊的脚不痛了，高兴得“喳喳”地欢叫着，翅膀一展飞走了。

洛让穷穷砍了一大捆柴，正要背下山，忽见小喜鹊飞回来了。他高兴地伸手招呼道：“你好呀，小喜鹊！”喜鹊小嘴儿一张，把一粒小小的种子吐在了洛让穷穷的手心里，点点头儿又飞走了。

洛让穷穷回到家里，把种子种在院子里。没过多久，发出一棵嫩绿的芽来。洛让穷穷天天用清凉的泉水浇灌它。芽芽越长越高，牵出长长的藤，藤上结了小小的金色的瓜。瓜越来越大，在秋天的一个早上，忽然自己裂开了！啊啦啦，半边装着金坨坨，半边装着银块块哩！洛让穷穷惊奇地跑上楼，叫阿哥布呷快来看。

布呷见了金子和银子，眼睛红得像两坨正在燃



烧的牛屎。他手忙脚乱地把金子银子全塞进怀里，拉住洛让穷穷急切地问：“穷穷，快告诉我，你哪儿来的金银瓜的种子？”洛让穷穷笑着，把小喜鹊如何送他瓜种的经过讲了一遍。布呷连连摇头说：“不信不信我不信！你真的吹几下抹几下，小喜鹊的脚就好了？”洛让穷穷说：“真的！我轻轻地吹呀，又轻轻地抹，小喜鹊就喳喳地笑着飞起来了！”布呷相信了，三下两下跳上楼去，把金子银子藏了个严严实实。

第二天一大早，布呷拿了砍柴刀和牛毛绳，准备上山。他说：“穷穷，我砍柴去了，你今天放牛吧！”洛让穷穷应了声：“哦呀！”他还没把牛赶出院门呢，一抬头看见布呷已跑到刺芭丛边的山路上去了！洛让穷穷很惊奇，不明白爱躺不爱动的布呷，怎么会一下子变得比兔子还灵活？

布呷上了山，他挥着砍柴刀东敲敲，西晃晃，不耐烦地等着小喜鹊。“喳！喳喳喳！”小喜鹊飞来了！它落在草地上，蹦蹦跳跳，唱着歌儿，两只脚都是好好的。布呷很失望，转着眼珠想了想，突然捡起一块石头，对准又唱又跳的小喜鹊打去。“呀！”小喜鹊尖叫一声，痛得倒在草丛里，小嘴一开一闭的，连叫声也发不出来了。



藏族民间故事精选

zangzuminjiāngùshijīngxuǎn

paomashanxiadechuanshu

布呷乐了，他抓住小喜鹊的翅膀，把它提了起来。布呷在小喜鹊的伤脚上吹了三下，抹了三下，小喜鹊挣扎着飞起来了！布呷连忙大声叫道：“你还没有报答我呢！你快送我一皮口袋金银瓜的种子吧！”“喳喳喳！”小喜鹊回头叫了三声，飞远了。布呷靠着一块岩石坐下来，嘟哝道：“讨厌，还要我等一下！”他打个哈欠闭上了眼。

布呷做了个躺在金银堆里的美梦，他哈哈地狂笑着醒了过来，一眼就看见小喜鹊站在脚边哩。他“呼”的蹦了起来，伸开双手大叫：“快给我种子！快给我种子！”小喜鹊嘴儿一张，丢下一粒种子，头也不回地飞远了。

“小气鬼，不得好死！”布呷把种子紧紧握在手里，骂骂咧咧下了山，气鼓鼓地回了家。他把种子种在院子里，不久，种子发了芽，牵了藤，结了一个金瓜。这个瓜越来越大，布呷蹲着比，站着比，乐得又跳又叫：“比我还大哩！比我还大哩！”他再也等不得了，举起大刀，“喀嚓”一声，劈开了大金瓜！啊啧啧，金瓜里没有金子，也没有银子，右半边坐着个白发阿婆，左半边坐着个白发阿爷！两个老人哆哆嗦嗦站了起来，伸开双手叫道：“渴死了，快端酥油茶来！饿死了，快拿香糌粑来！”

布呷又气又急，破口大骂：“没有酥油茶，只有马尿水！没有香糌粑，只有牛屎粑！”老人可不听这些，仍是叫着：“渴死了，快端酥油茶来！饿死了，快拿香糌粑来！”边叫边跌跌撞撞扑过来扯布呷的衣服。布呷慌了，又甩胳膊又踢腿，把两个老人撞倒在地。他自己噼噼啪啪地跑上楼，乒乒乓乓地冲进住室，稀里哗啦地关上房门，再也不肯出来了。

这时，洛让穷穷砍柴回来了。他连忙放下柴捆，上前扶起两个老人。他请两个老人到自己的住处坐下，为他们拍干净身上的泥土，并请他们喝清茶。两个老人喝完清茶，摸着肚子直叫饿。洛让穷穷说：“阿爷阿婆，请等一会儿，我很快就回来，我用木柴去换荞面馍馍！”“哦呀，哦呀！”两个老人连连答应着。

等洛让穷穷捧了荞面馍馍，三步并作两步跑回家时，阿爷阿婆却不见了！他奇怪地说：“啊啦啦！我怎么大白天做起梦来了？阿爷阿婆梦里来过了？”布呷下楼来说：“不是梦，真是两个老张布^①，我骂呀骂，骂了好久，才把他们骂走了！”洛让穷穷第

① 张布：藏语音译，乞丐之意。



藏族民间故事精选

zangzuminjiangùshijingxuǎn

paomashanxiadechuanshu

6

一次对布呷发了火：“阿哥，你太狠心了！”布呷鼓起眼睛骂道：“笨熊！不骂走，你供得起吗？两只老山羊，吃得完一座山的青草，挤不出一滴奶子呢！”洛让穷穷想起那两个可怜的老人，忍不住流下了泪水。

布呷骂够了，上楼啃风干牛肉去了。洛让穷穷捧着荞面馍馍，出门寻找两个老人。他寨前寨后地走啊，他坡上坡下地找。忽然听见喜鹊的叫声，他抬头一望，啊！岩上柏树下，两个老人笑咪咪地在招手哩！洛让穷穷好欢喜，他边跑边喊：“阿爷阿婆，馍馍换来了！”等他跑到岩上，哪里有人啊，只有团团云雾在岩上飘游。洛让穷穷好忧愁啊，他把馍馍夹在柏树的枝桠上，自己靠着树干，疲倦地坐了下来。

“喳喳！喳喳！”小喜鹊飞来了，左旋右旋，不肯离去。洛让穷穷说：“小喜鹊啊，你是饿了吗？你吃点馍馍吧！”小喜鹊“喳喳”地叫一声，真的啄吃起树杈上的馍馍来。它东一口西一口地啄着，吃得正香呢，馍馍却突然被啄下树来，骨碌碌滚下坡去了！洛让穷穷说：“还没有吃饱吧！我去捡上来吧！”他抓着岩边的乱草，小心地一步一步到了岩下。

岩下有个山洞，洞里住着个妖婆，它正捧着馍

馍大嚼呢！洛让穷穷说：“阿嚏，你怎么把我的馍馍吃了？”妖婆说：“我吃了你的，我也会给你吃的嘛。”她请洛让穷穷进洞坐下，自己呱呱地吩咐道：“猪儿乖猪儿乖，快把木柴叼过来！”只见一只小猪跑进跑出，叼来好大一堆木柴。妖婆又说：“鸡儿乖鸡儿乖，快把火堆烧起来！”只见一只小鸡张开翅膀扑扇了几下，火就“嘭”地燃起来啦！妖婆又说：“瓢儿乖瓢儿乖，快把馍馍做起来！”啊啦啦！瓢儿在石板上飞快地旋转，转了七转，馍馍就做好了！瓢儿又“呼”地翻了个身，瓢里的馍馍就一下子滚在了火堆边，烤得香喷喷的了！

妖婆呱呱地说：“你翻馍馍，我去抓两只羊羔儿来！”说完就走了。洛让穷穷气坏了：“啊啦啦！乡亲们经常丢失小羊，都说是狼叼去了，原来是你这可恶的妖婆吃了！”他越想越气，也不翻馍馍了，把瓢儿揣进怀里，抱着小鸡牵着小猪，飞一样地跑回了家。

有了这三样宝贝，洛让穷穷和穷伙伴们再也不饿肚子了，他们天天都能吃到香喷喷的大箩面馍馍。布呷不稀罕馍馍，他抱怨洛让穷穷不带几样能变金子银子的宝贝回来。他问清了地方，也拿了一个馍馍，跑到岩上柏树下。他也把馍馍夹在树杈



藏族民间故事精选

zangzuminjiangueshijingxuan

paomashanxiadechuananshu

上，一屁股坐下来，伸长颈子等小喜鹊来啄馍馍。小喜鹊飞来了，它左旋右旋，叽叽喳喳，就是不去啄馍馍。布呷好生气呀，他站起身来，抓起馍馍就往坡下一甩，馍馍骨碌碌滚得没影了！布呷连忙到了岩下。

妖婆正在洞边吃馍馍哩！布呷性急地说：“你吃了我的馍馍，快送几样能变金子银子的宝贝给我！”妖婆饿了好多天，饿得眼睛也变成红色的了！它听了布呷的话，气得暴跳乱撞，差点儿把岩洞顶塌。布呷皱眉垮嘴地说：“跳也没用，碰也没用！吃了我的馍馍，就得给我宝贝！不给我宝贝，就得还我馍馍！”妖婆大吼一声，扑向布呷，三抓两抓就撕碎了布呷，七口八口就吞下了布呷。

志玛 讲述

SAM
XIONG DI DE GU SHI

三

兄

弟

的

故

事

有个老人很老很老了，临死时他不肯断气，他的大儿子金男说：

“阿爸啦，俗话说，
父亲虽然死去，
儿子已经成人。
我们会活得很好，
请阿爸快快乐乐，
放放心心进入天堂！”

老人没理他。二儿子银男说：

“阿爸啦，俗话说，
轮到阎王要命，
想不去怎么行？
我们会活得不错，
请阿爸痛痛快快，
干干脆脆进入天堂！”

老人不理他。小儿子玉石男跪在他面前，哭道：

“阿爸啦，俗话说，
快脚马儿三马鞭，
懂事孩子三句话。
我会记住阿爸教训，
时时刻刻孝敬母亲，

跑马山下的传说



藏族民间故事精选

zangzuminjiangùshijīngxuǎn

paomashanxiadechuanshu

让她晚年快乐安宁!”

老人流下两行泪水，还是不断气。他的老伴儿哭得死去活来，这时也说话了：

“墙塌了，纺线棍儿难支撑！”

你去了，苦命母子好伤心！

玉石男是你胸中的心脏，

玉石男是我眼中的瞳仁，

怎奈他善良老实太忠厚，

才落得当牛做马受欺凌！”

老人流了一脸的泪，眼睛睁得更大了。这时候，家中的老黄狗也流泪了，它对老人说：

“我帮助善良的人，

我对付凶恶的人。

可怜的老主人啊！

有我在，请你放心。”

老人点点头，面带微笑，吐出最后一口气，死了。

老人死后，狡猾的金男变得更加狡猾；凶恶的银男变得更加凶恶；玉石男处处让着他们，尽量保护阿妈。金男有一天对银男说：

“该死的又不死，

该走的又不走，

SAN

XIONG

DI

DE

GU

SHI

该两个人喝的美酒，
四个人喝怎么会够？
该两个人吃的酥油，
四个人吃怎么不愁？”
银男咧开大嘴，呱呱呱呱地说：
“不算难的偏说难，
不该愁的偏要愁！
眼中有钉别说难受，
肉里有刺别老摇头，
老羊小羊全都赶走，
还靠自己举鞭的手！”

金男听得直点头，他们做了个又大又厚的荞面馍馍，在里面下了毒。玉石男和阿妈天天啃圆根，见了大馍馍好欢喜。他们把馍馍一分两半，正要吃，大黄狗跳起来，叼去了玉石男的馍馍丢在岩下，又叼去了老阿妈的馍馍扔在河里。

晚上，老阿妈和玉石男累了一天，睡得很香。金男和银男手举长刀，要砍老阿妈和玉石男。“汪”的一声，大黄狗从黑暗中跳了出来，咬伤了金男的脚步杆，咬伤了银男的屁股。金男痛得哇啦哇啦吵：

“俗话说，
母狗守在窝边，

跑马山下的传说



藏族民间故事精选

zàngzú mǐnjiān jiāngù shì jīng xuǎn

paomashanxiadechuanshuo

纵然是白狮也应小心！
你出的狗屁烂主意，
害得我双脚不一般齐，
往后我怎么去找美女？”
银男痛得龇牙咧嘴地骂：

“吃别人的东西，
除非长的是铁牙巴；
不相粘的石头，
就是用胶粘也会垮；
老婆子小乞丐赶快滚，
再不滚我还要用刀杀！”

就这样，老阿妈和玉石男被赶出了家门，他们
带着大黄狗住在马厩里，日子过得困苦又凄凉。

有一天，国王为了争地盘，和邻国打起仗来。
他命令每户人家出一个男人上战场，银男又肥又
壮，被选中了。银男哇哇大哭：

“我不去，死也不去，
“玉”谁是老大该谁去！”
金男说：

“正因为我是老大，
我才不能去！
我走了谁管家？