

康巴民间文学集成丛书

# 藏族民间故事

བོད་ཡུལ་གྱི་ལུང་ལྗོངས་ལོ་ལྷན་འཇུག་པའི་གསུང་འཇུག་

(中)

四川出版集团 巴蜀书社

康巴民间文学集成丛书

# 藏族民间故事

(中)

主编◎宋兴富

四川出版集团 巴蜀书社

图书在版编目(CIP)数据

民间故事/宋兴富主编. —成都: 巴蜀书社, 2004.3

(康巴民间文学集成)

ISBN 7-80659-569-4

I.民... II.宋... III.藏族—民间故事—作品集  
—甘孜藏族自治州 IV.I277.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 017382 号

责任编辑:黄云生

封面设计:汤勇

康巴民间文学集成丛书·藏族民间故事(中)

宋兴富 主编

四川出版集团巴蜀书社出版发行

(成都盐道街三号 邮编 610012)

总编室电话(028)86656816

发行科电话(028)86662019

新华书店经销

成都市金牛区白马印刷厂

开本 850×1168 1/32 印张 6

字数 120 千

2004 年 3 月第一版

2004 年 3 月第一次印刷

ISBN 7-80659-569-4/I·206

全套定价:60.00 元

## 前 言

藏族民间故事是藏族民间文学中一个重要组成部分，它是广大藏族人民在历史的长河中拾取生产与生活以及不懈地与大自然交流中的点点滴滴编织出来的口头文学作品。他们利用这一特殊的形式，歌颂真善美，鞭挞假恶丑，赞美劳动人民，因而这一文学艺术形式能在广大的劳动人民中长期流传，并不断完善，有些故事堪称民间文学的珍品。

远古时代，藏族先民就编织过不少神话传说，他们把自然界的日月星辰解释为神造的物体，认为万物都是神的赐予。他们编织的幻想故事，有着惊人的想像力，上至天庭，下到龙宫，飞来游去，任意弛聘。山川草木、豺狼虎豹、鱼鳖虾蟹等都成了他们编绘的对象，甚至把顽石都赋予了灵魂，让它说话，让它吐宝。在长期的生产和与自然交流中，他们以丰富的想象力，结合他们

的经历和地理环境、心理状态，并根据动物的生理习性，把生长在高山、森林、草原、湖泊的鸟兽虫鱼拟人化，编织出许多为广大群众及儿童喜爱的动物故事，故事中介绍虎豹的凶残、豺狼的狡猾、羊子的温顺、兔子的机灵、猴子的调皮等。读罢这些故事，不仅给人一种清新奇妙之感，还会引起人们许多联想和启迪。

藏族民间故事不仅内容广泛，反映面广，触及各个历史时期代、社会生活、各种人物以及人文地理，而且艺术形式与表现手法也是多种多样的，有神话传说、生活故事、魔怪、幻想故事、动物、寓言、笑话以及讽刺小品等。从表现手法上来看，有直接叙述的，有隐晦含蓄的，有以物喻人的，有幻想离奇的。尽管这些故事大多奇妙曲折，但都有生活依据和深刻的寓意。

藏族民间故事多是夹唱夹叙，吟唱中的唱词除表述故事内容外，有的还加进了民歌民谣，以增强故事的表现力和感染力，产生更好的艺术效果。其特点是主题集中，情节奇诡，人物性格鲜明，比喻贴切，语言朴素简练，应用了很为群众熟悉的民间成语和谚语，不仅易于记忆与传诵，还给人一种亲切愉悦的感受。

藏族民间故事是藏民族审美情趣、生命观、时间观、自然观以及价值观的综合体现，融合了现实主义、理想主义以及介于现实与理想间的生存状态，藏族民间故事提供了了解生存在世界极地的藏民族的一把钥匙，一扇窗口，一个平台。

## 目 录

前 言	( 1 )
太阳与月亮	( 1 )
洪水冲天	( 8 )
贡嘎山的传说	(10)
格萨尔王的出生	(12)
茶卡的传说	(16)
松赞干布求婚	(18)
倔强公主	(24)
一个傻子的故事	(29)
益西泽木	(32)
憨女婿给老丈人做生	(37)
跑脱甲巴娃	(39)
善有善报	(41)
砍柴人和老虎	(44)

三女子与蛇的故事 .....	(47)
勇敢的扎西 .....	(50)
猴子与兄弟俩 .....	(53)
青年与仙女 .....	(56)
神奇的牧羊人 .....	(58)
魔 戒 .....	(62)
王子和仙女 .....	(65)
穷汉娶公主 .....	(69)
若格勒巫觉吉 .....	(71)
有一个崇拜米拉热经的人 .....	(121)
达美洛 .....	(123)
狗带来了青稞种子 .....	(133)
狗、猴子、猪和兔子的故事 .....	(135)
汉地皇帝派来的兔大臣 .....	(137)
镜子的来历 .....	(140)
通秋志玛姑娘 .....	(143)
金子变牛粪 .....	(149)
张布贝各的故事 .....	(157)
画眉姑娘 .....	(172)
“不好意思”的故事 .....	(182)
后 记 .....	(185)

## 太阳与月亮

很久很久以前，天空中的太阳不见了。到处都黑魑魑的什么也看不见，人们摸黑做活路，日子过得很造孽。人们盼啊盼，盼白天给他们温暖，夜晚给他们明亮，可是怎么盼也盼不来，太阳和月亮到哪里去了？

在雅砻江边有一座元宝山，山上有一个洞，洞里坐着一群魔鬼，魔王叫“麻英巴”。麻英巴嫌太阳和月亮妨碍他们作怪，就把太阳和月亮含在嘴里，永远不让他们出来，让人间没有光亮，麻英巴好让他们的小妖们到山下不分白昼地吃人作怪。多少青年小伙子为了夺回太阳和月亮而有去无回，麻英巴的魔力实在太大了。

元宝山下有一个叫江朗的寨子，寨子里有一对善良的夫妻，女的叫扎什志玛，男的叫格玛泽仁。格玛泽仁生得膀大



腰圆，心好，肯为别人出力，是寨子里数一数二的汉子。有一天他对妻子说：“志玛啦！我想到元宝山洞里去，夺回太阳与月亮。”

志玛一听吓坏了，拉着丈夫的手说：“你疯了，这不是把羊赶进狼窝吗，求你别去了。”“不，猎人怕老虎一辈子也吃不到虎肉，多卡山神的儿子是不会让别人欺负的。”格玛泽仁说。

志玛犟不过丈夫，只好同意。临别前，格玛泽仁对志玛说：“想打老虎的人就要舍得用自己的生命去闯，如果我死了，就会变成一只麻雀来窗台上做窝，同你作伴，愿你吉祥……”没等格玛泽仁说完，志玛已哭成了泪人扑进他的怀里，说：“别……别说了……不吉利的话。”

蜜蜂怎舍得离开鲜花，丈夫又怎舍得丢掉自己的爱妻？但为了人间的温暖，为了见到光明，格玛泽仁忍心推开了怀里的妻子，愁着脸对妻子说：“生下孩子如果是男孩就叫尼玛朋错，让吉祥的阳光撒满人间，我死了也瞑目。”说完后就走了。

自从丈夫走后，志玛等呀等，不知等了多少天多少日，天仍然是黑暗的，格玛泽仁仍然没有回家。思念的泪水变成了河，盼望他的心儿跳出了胸。这时候窗台上突然有了“叽叽”的叫声，她用手一摸，窗台上果然有一个麻雀的窝。一只麻雀用嘴亲切地在她手上吻了一下。志玛明白了，她伤心地哭啊哭，泪水哭干了，声音哭哑了，人也昏了过去。

不知哭了多长时间，又是一阵哇哇的响声惊醒了志玛。啧啧，一个胖登登的男孩子落地了，也怪，这孩子手摸变粗，风吹变高，不到一个时辰，就变成了十七八岁的小伙子。一个亲人死了，另一个亲人诞生了。志玛如获掌上明珠，她按丈夫的遗言给孩子取名尼玛朋错。

尼玛胆大如虎、心细如毛，老人们夸他聪明，大人夸他最能干，孩子们说他人很好，尼玛听了点头笑，人们越夸他，志玛心里越是爱他。他不知道自己的父亲在哪里，不知道天为什么这样黑。一次，尼玛拉着母亲的手问：“阿妈呀！我阿爸呢？天为什么这样黑？”

志玛心如刀割，她失去了丈夫，不能再失去儿子啊！志玛详细地把全部经过都对儿子讲了，尼玛听完阿妈的讲述，拔刀向灶火起誓：

多卡山神作证，  
面前的火神作证，  
一切神灵作证，  
狮子的后代在受豺狼的欺负，  
太阳神在受豺狼的折磨，  
人们在受魔妖的毒害。  
不杀掉鬼魔、群妖，  
不夺回太阳月亮，尼玛决不为人。

志玛帮儿子准备好火把、干粮、宝刀等，送儿子尼玛上路了。

走啊走，尼玛手中的火把只剩下最后一把，肚子也走饿了，脚也走疼了，他坐在一棵大树下嚼干粮充饥。这时从远处传来哭声。尼玛手拿火把向哭声走去，看见一位七十多岁的老阿妈身穿一件烂毡衫，披头散发地坐在那里哭泣。尼玛恭恭敬敬地问：“阿妈，山鸡飞遍草地，但它有一个落脚的窝，你老人家怎么坐在这里不回家呢？”

老人摇了摇头说：“我们家离这里很远，没有火把看不到回家。”尼玛听老人说回不了家，便把自己的火把送给了老人。老人感激地对他点了点头，不见了。

黑夜里行走的人失去了火把，就像瞎子失掉了探路棒。

尼玛走啊、摸啊，手指磨出了血，全身到处都受了伤，总算走到元宝山脚下。这时前面来了一位白胡子阿爸，拦着尼玛，对他说：“年轻人，你身上带有吃的东西吗？我要饿死了。”尼玛二话没说，取出剩下的干粮给了老人，老人满意地笑了笑说：

“你把吃的全部给我了，你吃什么？”

尼玛说：“草地上的水草羊群共享，帐篷里的酥油应先敬神。你年岁最大应该你吃，我身体好，受得了……”没等尼玛把话说完，老人已经变成了一位身穿黄袍，左手拿着一根铁棒的喇嘛。尼玛赶快跪在地下给喇嘛磕头，这时喇嘛的铁棒一挥，变成了两根铁棒。他把一根铁棒给尼玛后说：“你记

得要火把的老妈妈吗？我已考验你两次，你心地善良，是一个为民办事的好人，特送你一根铁棒和一包东西。”又从袖口内取出一包东西给尼玛，说：“要记着麻英巴把太阳和月亮含进嘴里，只能智取，它若吞进肚里就难办了，不能打它，如铁棒上粘了魔王妖精的血，我就不能开天门了。”说完就不见了。

尼玛带上喇嘛给的两样东西，爬呀爬，终于爬上了山腰，找到了魔洞。尼玛心里想，只能引狼出洞，不能给狼送食，聪明的猎人办法多，他找来了一只金龟虫，做了一个很难看的衣服穿上，走到魔洞前边转边唱：

哎呀，热宗洞中的大王呀，  
你们快来看啊，  
我是山中金凤凰哟，  
在耕地里没见过的神牛。  
耕起地来快如风哟，  
世上啥牛也比不上……

守洞的小妖们看了捧腹大笑。魔王在洞里听到歌声和笑声，他想问一问谁在唱歌发笑，但又怕嘴里的太阳和月亮跑掉了，只好自己出来看。魔王见这样大一个人在犁那么小一只虫，还吹神牛，身穿树皮，还说自己是凤凰，真想笑，但又不敢笑。

尼玛见魔王出来了，他很高兴，心想，能让魔王笑一声就好了，他就故意大声喊：“驾、驾！”又向金龟虫抽鞭，“嚓”的一声，金龟虫被尼玛打成了肉泥。

“哈哈……熬！”闪了一下，天空亮了起来，一个火红的圆球升上了天空，紧接着又一个半月形的东西也慢慢地上天了。

尼玛的办法见效了，可是月亮只出来一半，剩下一半被魔王吞下了肚。

受了伤的老虎最狠毒。魔王知道自己上了当，哟哟叫着，用出全身的魔力，顿时狂风呼啸，飞沙走石，树木在打架，石头在撞击。说起来也真有点怪，尼玛手拿铁棒站在那里，魔王的魔力连他的衣角也无法吹动一下。魔王气红了眼，哗，他大叫一声，变成了一把刀向尼玛砍来。两人你砍我打，你打我挡，从太阳出来打到太阳落坡，又从月亮升起打到太阳发光，太阳给尼玛助了七天的战，月亮给尼玛照了七天的亮。尼玛越战越勇，魔王渐渐不支，当战到第八天上，眼看魔王就要失败了，可群妖又围了上来。

公牛劲再大也难挡十只狼的袭击，在这危急时刻，尼玛想起了铁棒喇嘛给他的包裹，他从怀里取出包裹，没等群魔打来，就从包里飞出了成群结队的马蜂向魔群飞扑，把妖怪们刺得遍地打滚，四处乱跑，一个个鼻青脸肿。尼玛见时机已到，就用铁棒打魔王，打得魔王和群妖连连向他求饶。尼玛见群妖求饶，就叫魔王吐出半边月亮，小妖们乘尼玛不防，

.....

射出了一只毒箭，尼玛中箭了，他一气之下，忘掉了喇嘛的嘱咐，举起铁棒向魔王头上打去，打得魔王脑浆迸出，打得群妖血肉喷飞，然后用腰刀把魔王肚里的月亮一点一点取出，天空中的月亮也一天一天圆了起来。

月亮圆了，尼玛却倒下了。铁棒喇嘛的铁棒粘了血，不能升天了，但他很高兴，从此人间又有了光明。为了追念这一伟大的一天，让子孙记着这一天，他就把自己的遗产留在江边上了。从此人民为了纪念给自己找回光明的人，在堡子背后山上修起了香堆，每年大年初四、初五，每月初四、十五这天，十几个堡子的男女老少都到山上烧香，跳锅庄敬尼玛。

太阳和月亮为了纪念他们的救命恩人，每天下午在元宝山顶上都要多留两三个时辰，然后才恋恋不舍地落下山。

讲述人：土登桑珠，男，28岁，藏族，中专，九龙县文化馆干部

搜集整理：仁真旺吉，男，34岁，藏族，九龙县文化馆干部

流传地区：九龙县境内

## 洪水冲天

远古时候，洪水泛滥，水浪接天。天上有个撒金娘娘，撒一把金子洪水消退一截，再撒一把金子，水又消退一截，直到把洪水消退到涨水前的原样为止。但洪水淹后天底下已荒无人烟，只有太阳与月亮。太阳对月亮说：“天底下都没得人了，我们还出来有什么用，干脆我们俩成亲重新繁衍人类。”他们约定各拿一扇磨子，分别到对立的两座山上把磨子放下山来，两扇磨子滚到山脚后，合拢一处了，两个就成了亲，并生了一个孩子，把孩子砍成一百块，分别挂在一百棵不同种类的树梢上。第二天早上，每棵树下都冒出了炊烟，那一百块已变成了一百家人。有人以后，太阳和月亮又操心没得种子进行生产来维护这些人的生活，正操心时，来了一条狗，在地上打了一个滚，狗尾巴上恰好粘了一粒麦子，他

们就把这粒麦子取下作种子播下，从此，人类又有了农作物，解决了人的生存问题。之后，太阳和月亮又商量轮流出去为人们送温暖和光明。他们决定晚上月亮出去为人们照明，太阳白天出去替人们送温暖。但太阳怕羞，月亮便让太阳拿一把麦芒，有谁看太阳就用麦芒刺眼，太阳晃眼也就是这个来历。据说现在的百家姓就是根据那一百棵不同类型的树名得来的。

讲述人：杨洪发，丹巴县巴旺乡，农民

搜集整理：仁青娜姆，藏族，丹巴县文化馆干部



## 贡嘎山的传说

贡嘎山由三座山组成，相传是被一世达赖和五世达赖册封过的。在藏族人民心中，这三座山分别是文殊菩萨<sup>①</sup>、观音菩萨<sup>②</sup>、金刚平菩萨<sup>③</sup>的化身。

但是，被册封过的山也有不安定的时候，一条巨大的怪蟒不知从何时起闯入了贡嘎山区，四处吞噬朝圣的山民。朝圣者常常望着雄伟的贡嘎山叹息，盼望着除掉怪蟒。

金刚平菩萨终于发怒了，他经过长时间搜寻，终于发现了大蟒，菩萨大喝三声，伸出巨手擒住怪蟒的头，怪蟒一扭身，也顺势把金刚平菩萨的颈项缠绕了起来。

- 
- ① 文殊菩萨：藏语“央迈勇”。  
② 观世音菩萨：藏语“萨内日”。  
③ 金刚平菩萨：藏语“夏若多季”。