

安多藏语自学读本

(试用本)

第一册

青海民族学院少语系编

青海民族出版社

说 明

安多藏语，主要分布在青海、甘肃等省。我省藏族主要分布于牧区和东部农业区的部分公社，人口近七十万，约占全省人口五分之一。为了满足在我省藏区工作的汉族干部学习藏语的需要，我们特编辑了这套《安多藏语自学读本》，供自学之用。

安多藏语有不少土语群，在我省以环海地区藏话通行范围较广。因此本读本在词的拼写和选材方面基本上以环海地区的藏话为准。

这套自学读本共分四册，从学习拼音开始，转入会话。会话内容主要包括问好、牧业、农业、商业等方面的日常用语。

为了便于自学，第一册的生词和句子分别用汉语拼音字母和汉字注音，在注音上力求接近环海地区的语音。汉语中没有的个别读音，则用注音字母或国际音标标注。

课文中的每个句子均有汉译文，并在语法和其它方面作了必要的注解。

每册之后都附有词汇表，便于读者复习或查阅。词汇表按藏文字母顺序排列。

本教材主要由我系藏语会话教师敏生智和耿显宗同志执笔编写，古文义、多加格洛、温存智、王青山等同志参加审订。

由于我们水平有限，时间仓促，再加上没有编写这类教材的经验，本书的缺点错误一定不少，希望广大读者不吝指正。

编 者

一九八〇年十二月

目 录

དཀར་ཆག

- 第一课 སྐབ་ཚན་དང་པ། 辅音 གསལ་ཐེད། (1)..... (3)
- 第二课 སྐབ་ཚན་གཉིས་པ། 辅音 གསལ་ཐེད། (2)..... (5)
- 第三课 སྐབ་ཚན་གསུམ་པ། 元音 དབྱངས་ཡིག (9)
- 第四课 སྐབ་ཚན་བཞི་པ། 后置字 རིས་འབྲུག་གི་ཡི་གེ (1)..... (13)
- 第五课 སྐབ་ཚན་ལྔ་པ། 后置字 རིས་འབྲུག་གི་ཡི་གེ (2)..... (18)
- 第六课 སྐབ་ཚན་རྒྱུ་པ། 又后置字 ཡང་འབྲུག་གི་ཡི་གེ (22)
- 第七课 སྐབ་ཚན་བརྒྱུན་པ། 头置字 མགོ་ཚན་གྱི་ཡི་གེ (25)
- 第八课 སྐབ་ཚན་བརྒྱད་པ། 系足字 འདྲགས་ཚན་གྱི་ཡི་གེ (31)
- 第九课 སྐབ་ཚན་དགུ་པ། 叠字 བརྟེན་ས་ཡིག (37)
- 第十课 སྐབ་ཚན་བརྒྱུ་པ། 前置字 ཐོན་འབྲུག་གི་ཡི་གེ (1)..... (42)
- 第十一课 སྐབ་ཚན་བརྒྱུ་གཅིག་པ། 前置字 ཐོན་འབྲུག་གི་ཡི་གེ (2)..... (48)
- 第十二课 སྐབ་ཚན་བརྒྱུ་གཉིས་པ། 问好 འཆམས་འདྲི་འཇོན། (59)
- 第十三课 སྐབ་ཚན་བརྒྱུ་གསུམ་པ། 谈话 ཁ་བརྒྱུ་འཇོན། (62)
- 第十四课 སྐབ་ཚན་བརྒྱུ་བཞི་པ། 民族 མི་རིགས། (65)
- 第十五课 སྐབ་ཚན་བརྒྱུ་ལྔ་པ། 询问家庭情况
ཁྱིམ་ཚང་གི་གནས་ཚུལ་འདྲི་བའི་འཇོན། ... (68)
- 第十六课 སྐབ་ཚན་བརྒྱུ་རྒྱུ་པ། 牧业日常用语 (1)
ཐུགས་ལས་ཉིན་མཁོ་འདྲི་ཆའི་འཇོན། (1) ... (71)
- 第十七课 སྐབ་ཚན་བརྒྱུ་བརྒྱུན་པ། 牧业日常用语 (2)
ཐུགས་ལས་ཉིན་མཁོ་འདྲི་ཆའི་འཇོན། (2) ... (74)

第十八课 སྐབ་ཆན་བཅུ་བྱུང་བ། 牧业日常用语 (3)

ཐུགས་ལས་ཉིན་མཁོའི་སྐད་ཆའི་སྐར། (3) ... (78)

第十九课 སྐབ་ཆན་བཅུ་དབུ་བ། 农业日常用语 (1)

ཞིང་ལས་ཉིན་མཁོའི་སྐད་ཆའི་སྐར། (1) ... (81)

第二十课 སྐབ་ཆན་ཉི་ཤུ་བ། 农业日常用语 (2)

ཞིང་ལས་ཉིན་མཁོའི་སྐད་ཆའི་སྐར། (2) ... (85)

第二十一课 སྐབ་ཆན་ཉིན་གཅིག་བ། 农业日常用语 (3)

ཞིང་ལས་ཉིན་མཁོའི་སྐད་ཆའི་སྐར། (3) ... (89)

第二十二课 སྐབ་ཆན་ཉིན་གཅིག་བ། 商业日常用语 (1)

ཆང་ལས་ཉིན་མཁོའི་སྐད་ཆའི་སྐར། (1) ... (92)

第二十三课 སྐབ་ཆན་ཉིན་གསུམ་བ། 商业日常用语 (2)

ཆང་ལས་ཉིན་མཁོའི་སྐད་ཆའི་སྐར། (2) ... (96)

第二十四课 སྐབ་ཆན་ཉིན་བཞི་བ། 商业日常用语 (3)

ཆང་ལས་ཉིན་མཁོའི་སྐད་ཆའི་སྐར། (3) ... (100)

第二十五课 སྐབ་ཆན་ཉིན་ལྔ་བ། 进饭馆 ཟ་ཁང་ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱི་ (104)

第二十六课 སྐབ་ཆན་ཉིན་དྲུག་བ། 在饭馆里 ཟ་ཁང་ནང་། (108)

第二十七课 སྐབ་ཆན་ཉིན་བཅུ་དྲུག་བ། 到医院去 (1)

ཟུན་ཁང་ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱི་ (112)

第二十八课 སྐབ་ཆན་ཉིན་བཅུ་དྲུག་བ། 到医院去 (2)

ཟུན་ཁང་ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱི་ (116)

第二十九课 སྐབ་ཆན་ཉིན་དབུ་བ། 年、月、日 མཁོ་ཞུ་ཞུ་མཁོ་སྐར། ... (120)

第三十课 སྐབ་ཆན་ལྔ་པ་བཅུ་བ། 四方和天气

ཐུགས་བཞི་དང་གནམ་གཤིས་ཀྱི་སྐར། (124)

附录 ཟུང་བཞུགས། 数目 ཁྱེད་ཀྱི་ (129)

词汇表 བཞུགས་ཀྱི་རྩིས་ཀྱི་ (133)

语 音 部 分

三十个字母的发音

ᠭ ᠠ ᠬ ᠭ ᠨᠠ | ᠵ ᠬ ᠢ ᠨᠠ |

ga ka ga [ŋa] jia qia jia nia

ᠳ ᠲ ᠳ ᠨᠠ | ᠪ ᠫ ᠪ ᠮᠠ |

da ta da na ba pa wa ma

ᠴ ᠴ ᠴ ᠰᠠ | ᠶ ᠰ ᠶ ᠠ |

za ca za [ʃa] xiasa a ya

ᠷ ᠯ ᠷ ᠰᠠ | ᠬ ᠠ |

ra la [x'a] [s'a] ha a

注:

1. ཀ་ཁ་ག་ང་这四个字母也有读作浊音的。
2. 藏文字母ཀ在农业区读作xia。
3. ཀ和ཁ前者不送气, 后者送气。
4. ཀ和ཁ在口语中发音相近, 但发ཁ时, 喉部先关后开, 在发元音前稍有喉部破裂作用; 发ཀ时, 则没有这种作用。
5. [] 表示按《国际音标》读音。

藏文字母概述

藏文字母通常称“ཀུཁ” , 共三十个, 每四个字母一组, 分七组半; 每组开头一个字, 可作本组名称的称呼字。如“ཀ”、“ཁ”、“ག”等, 单念时, 都带有o音。

三十个字母都可作字根(也叫基字), 藏语叫“མིང་གཟུང་”。字根是构成字的基本的或中心的字母。藏文字以字根为中心, 分别可带元音、前置字、后置字、又后置字、头置字、系足字。

如:



藏文字与字之间有分字点(ཨྱུ), 句末有分句号(ཨྱུ)。

第一课

སློབ་ཆུང་དང་པོ།

辅 音

གསལ་བྱེད། (1)

ཀ ཁ ག ང།
ga ka ga [ŋa]

ཅ ཆ ཇ ཉ།
jla qia jia nia

ད བ ཎ ཏ།
da ta da na

པ ཕ བ མ།
ba pa wa ma

发音部位和发音方法

1. ཀ་ཁ་ག 是舌根塞音；ཀ་ག 不送气，ཁ 送气。
2. ཅ་ཆ་ཇ 是舌面前塞擦音；ཅ་ཇ 不送气，ཆ 送气。
3. ཏ་ཎ་ད 是舌尖中塞音；ཏ་ད 不送气，ཎ 送气。
4. ང་ཉ་ན་མ 都是鼻音。ང 的发音部位在舌根；ཉ 的发音部位在舌面前；ན 的发音部位在舌尖中；མ 的发音部位在双唇。
5. པ་ཕ 是双唇塞音；པ 不送气，ཕ 送气，བ 是半元音。

例 词

མིག་འབྱུང་དེ་བཞིན།

ཀ་བ། (gawa 嘎哇) 柱子

ཁ། (ka 咖) 嘴，口

ཀཁ། (ga ka嘎咖) 字母

ང་། [ŋa] 我

ཇ། (jia加) 茶

ཆ། (qia掐) 对；双

ག། (nia尼啊) 鱼

ད། (da搭) 现在

ཆམ། (qia ma掐玛) 柴火

ཇམ། (jia ma加玛) 炊事员

练 习

གཞན་ཐུངས།

一、反复朗读十六个辅音字母。

二、朗读和书写本课例词。

三、比较下列几对字母的发音：

ཁ——ག ཆ——ང བ——ད

པ——ཕ བ——མ ར——ཉ

四、比较下列几对字母在形体上的差异：

ཀ——ག ཁ——ག ང——ད

པ——ཕ ཉ——ན ཏ——ད

五、认读：

ཀ་ཅ་ཏ་པ།

ཁ་ཆ་བ་ཕ།

ང་ཉ་ན་མ།

ག་ཇ་ད་བ།

第二课

སློབ་ཚན་གཉིས་པ།

辅 音

གསལ་བྱེད། (2)

ཅ ཇ ར ལ།

za ca za [ʁa]

ཁ ཟ འ ཡ།

xia sa a ya

ར ལ འ ས།

ra la [x'a] [s'a]

ཏ ཨ།

ha a

发音部位和发音方法

1. ཅ་ཇ་ར་是舌尖前塞擦音，ཅ་ཇ་不送气，ར་送气。
2. ཁ་是舌面前擦音，送气；ཟ་是舌尖前擦音，不送气，འ་与汉语a发音相近；ཡ་与汉语ya发音相近。
3. ར་是舌尖中闪音；ལ་是舌尖中边音；འ་是舌根擦音，并稍带送气成分；ས་是舌尖前擦音，送气。
4. ཏ་ཨ་都是喉音，发ཏ་时喉壁稍有摩擦；发ཨ་时声带紧缩，然后突然打开，实际上是一个喉塞音。
5. 汉语中没有ལ་[ʁa]这个音。发这个音时舌面后部跟小舌相接触，有较强的摩擦，其读音为[ʁa]。

例 词

ཡིག་འབྲུག་གི་དཔེ་བཞུགས།

ཆ	(ca 擦) 热	ག	([x'a] 下啊) 肉
ར་མ།	(ra ma 日阿玛) 山羊	ས་ཆ།	([s'a] qia 撒恰) 地方
ས	([s'a] 撒) 土	ཡ	(ya 呀) 只; 单
ན་ཆ།	(na ca 拿擦) 疾病	ལ་ལ།	(la la 拉拉) 有些
ལ	(la 拉) 山坡	ཨ་མ།	(a pa 阿帕) 父亲
ཨ་མ།	(a ma 阿玛) 母亲	ཁ	[ka] 狐狸
སེ་མ།	(sa ma 撒玛) 食物		
ས	(sa 洒) 吃		

练 习

གསུང་ཐུངས།

- 一、反复朗读十四个辅音字母。
- 二、朗读和书写本课例词。
- 三、比较下列几对字母在发音上的区别：

ཅ——ཆ ར——ཆ ཁ——ག
 ཟ——ས ལ——ཨ ར——ལ

- 四、比较下列几对字母在形体上的差异：

ཅ——ཅ ཆ——ཆ ར——ར ཏ——ཏ ཏ——ར
 ཏ——ར ཡ——ཡ ཁ——ཁ ཨ——ཨ ཏ——ཏ

五、认读：

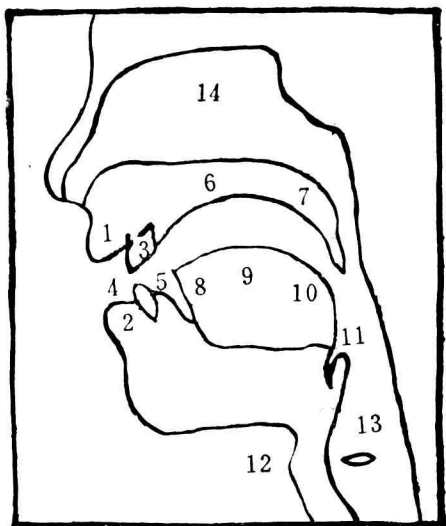
ཀ་ཅ་ཉ་པ་ཅ། ཁ་ཆ་མ་པ་ཆ། ག་ང་ད་བ་ང།

ང་ཉ་ན་མ་འ། ར་ལ་ཤ་ས་ཡ། ཏ་ཙ་ཞ་ཟ་ཤ།

楷书 (དབུ་ཅན)	草书 (དབུ་མེད)	楷书 (དབུ་ཅན)	草书 (དབུ་མེད)
ཀ	𐄎	ཁ	𐄎
ཁ	𐄎	ཅ	𐄎
ག	𐄎	ཆ	𐄎
ང	𐄎	ཇ	𐄎
ཅ	𐄎	མ	𐄎
ཆ	𐄎	ཉ	𐄎
ཇ	𐄎	པ	𐄎
མ	𐄎	ཅ	𐄎
ཉ	𐄎	ཆ	𐄎
པ	𐄎	ཇ	𐄎
ཅ	𐄎	མ	𐄎
ཆ	𐄎	ཉ	𐄎
ཇ	𐄎	པ	𐄎
མ	𐄎	ཅ	𐄎
ཉ	𐄎	ཆ	𐄎

发音器官

ཐུའི་ཐུའི་གནས།



- | | | | |
|--------|------------|---------|-----------|
| 1. 上唇 | ཡ་མཐུ། | 2. 下唇 | མ་མཐུ། |
| 3. 上齿 | ཡ་མ། | 4. 下齿 | མ་མ། |
| 5. 齿龈 | རྩལ། | 6. 硬腭 | ལྷ་ཀྲ། |
| 7. 软腭 | རྩུ་ཀྲ། | 8. 舌尖 | ཐུ་ཐུ། |
| 9. 舌面 | ཐུ་ཐུ། | 10. 舌根 | ཐུ་རྩུ། |
| 11. 小舌 | ཐུ་རྩུ་འོ། | 12. 喉软骨 | ཐུ་ཐུ་ཐུ། |
| 13. 声带 | ཐུ་ཐུ་ཐུ། | 14. 鼻腔 | ཐུ་ཐུ་ཐུ། |

第三课

སྒྲིབ་ཆེན་གསུམ་པ།

元 音

དབྱེད་ལྟེན།

ཨ ས ལ འ

元音	汉语拼音	符号	名称	举例
ཨ	e	ཨ	གི་གུ	ཇི
ས	u	ཨ	ཞབས་ཏུ	ཏུ
ལ	[ê]	ཨ	འགྲིང་བྱ	ཇི
འ	o	ཨ	ན་རྩ	ཇི

注：ཨ、ས在口语中念音一致，都读作e；读书音中二者稍有区别，前者念e，后者念[u]，比我们所标的u口腔开度稍大些。

藏文的元音

藏文的元音叫“དབྱེད་ལྟེན”，共四个。与辅音相拼时，

写成   的符号形式，无音符号都有它的名称。

 叫 *ཁྱིལ་*， 叫 *ཁྱེལ་*， 叫 *ཁྱེལ་ཅུ་*， 叫 *ཁྱེལ་ཅུ་*。

元音与辅音拼写时，“”“”“”写在辅音的上方，“”写在辅音的下方。

拼 音

ཆེག་བཅར་བྱེད་པ།

ཀྱི་ཀྱི་ཀྱི་	ཁྱི་ཁྱི་ཁྱི་	གྱི་ཀྱི་ཀྱི་
ཁྱི་ཁྱི་ཁྱི་	ཅྱི་ཅྱི་ཅྱི་	ཆྱི་ཅྱི་ཆྱི་
ཇྱི་ཇྱི་ཇྱི་	ཉྱི་ཉྱི་ཉྱི་	ཏྱི་ཉྱི་ཏྱི་
ཐྱི་ཐྱི་ཐྱི་	དྱི་དྱི་དྱི་	མྱི་མྱི་མྱི་
བྱི་བྱི་བྱི་	མྱི་མྱི་མྱི་	བྱི་བྱི་བྱི་
མྱི་མྱི་མྱི་	ཅྱི་ཅྱི་ཅྱི་	ཆྱི་ཆྱི་ཆྱི་
ཇྱི་ཇྱི་ཇྱི་	ཉྱི་ཉྱི་ཉྱི་	ཏྱི་ཏྱི་ཏྱི་
ཐྱི་ཐྱི་ཐྱི་	དྱི་དྱི་དྱི་	མྱི་མྱི་མྱི་
བྱི་བྱི་བྱི་	མྱི་མྱི་མྱི་	བྱི་བྱི་བྱི་
མྱི་མྱི་མྱི་	ཅྱི་ཅྱི་ཅྱི་	ཆྱི་ཆྱི་ཆྱི་

例 词

ཆེག་བཅར་བྱེད་པ་བཅོད་པ།

ཁྱི | (ko 扼) 他

ཅྱི | (qu 曲) 水

རྒྱ | [ŋo] 脸
 མེ | (mê眉) 火
 སྤ | (so搜) 吃(命)
 རྩ | (wu乌) 男孩; 儿子
 ལོ | (lo洛) 年; 岁
 སྤ | ([s'o]索) 牙齿
 ཉི་མ། (ni ma尼玛) 太
 阳; 日
 ད་ལོ། (da lo搭洛) 今年
 ང་ཚོ། ([ŋa]co ཅུ་ལོ། (co曹)
 我们
 རྩ་བོ། (nuwo奴噢) 弟弟
 གྲེ་རེ། (go rê钩日哎) 馍;
 馒头
 ཆེ(ཅི) | (qie切) 什么

སུ | (su司) 谁
 ཁོ | (xio消) 酸奶; 角(钱)
 མི | (me模) 人; 不
 ཉོ | (nio扭) 买(现、未)
 ཤི | ([xie]西) 死
 དེ | (dê得) 那; 那个
 རི་བོ། (rlwo日吾) 山
 རེ་བ། (rêwa热哇) 希望
 རོ་མ། (woma噢玛) 奶子
 རི་མ། (rimo日摸) 图画
 གོ་བ། (gowo钩哇) 皮革

会 话

མེ་མོ།

请吃饭。

ངས་མེ་མོ།

我吃着呢。

练 习

གགར་ཐུངས།

一、反复拼读拼音部分。

二、拼读下列双音词：

ཉི་མ། 太阳

ང་ཚོ། 我们

དུ་མ། 女孩

ནེ་མ། 那么

ངོ་མ། 性质

ཁོ་ཚོ། 他们

ཐུངས། 字；信

གུ་མ། 蘑菇