



藏族民歌选

解放军歌曲选集编辑部编



音乐出版社

一九五七年·北京



藏族民歌选

解放军歌曲选集编辑部编

黄庆和 程途整理

音乐出版社

一九五七年·北京

藏 族 民 歌 选

編 輯 者 解 放 軍 歌 曲 选 集 編 輯 部

整 理 者 黃 慶 和 程 途

*

开本：787×1092 耗 1/32

頁数：108 印張：6³/₄ 乐譜：204 面

1957 年 2 月北京第 1 版 1957 年 2 月北京第 1 次印刷

印数：1—3,055 册

北京市書刊出版業營業許可証出字第 063 号

音 樂 出 版 社 出 版

北京东單溝沿头 33 号

新 華 書 店 总 經 售

*

統一書号：8026·585 定 价 0.95 元

目次

農歌類

農歌類介紹 ····· 2

巴塘農歌

1. 耕地 ····· 4
2. 放水(一) ····· 4
3. 放水(二) ····· 5
4. 拔草 ····· 5
5. 割青稞 ····· 6
6. 捆青稞 ····· 6
7. 揀青稞(一) ····· 7
8. 揀青稞(二) ····· 7
9. 打青稞(一) ····· 7
10. 打青稞(二) ····· 8
11. 打青稞(三) ····· 8
12. 打青稞(四) ····· 8
13. 打青稞(五) ····· 9

甘孜農歌

14. 打青稞(一) ····· 9
15. 打青稞(二) ····· 9
16. 打青稞(三) ····· 10
17. 打青稞(四) ····· 10
18. 打青稞(五) ····· 11
19. 打青稞(六) ····· 11
20. 打青稞(七) ····· 12
21. 割青稞(三首) ····· 12
22. 遛手打青稞 ····· 13
23. 義教打青稞 ····· 13
24. 拉薩打青稞 ····· 14
25. 打夯(兩首) ····· 14
26. 佚名 ····· 15

山歌 情歌 酒歌類

山歌、情歌、酒歌類介紹 ··· 18

山歌

27. 巴塘山歌(一) ····· 20
28. 巴塘山歌(二) ····· 20
29. 巴塘山歌(三) ····· 21
30. 巴塘山歌(四) ····· 21

31. 巴塘山歌(五) ····· 22
32. 巴塘山歌(六) ····· 22
33. 巴塘山歌(七) ····· 23
34. 巴塘山歌(八) ····· 23
35. 巴塘山歌(九) ····· 24
36. 巴塘山歌(十) ····· 24
37. 巴塘山歌(十一) ····· 25

38. 巴塘山歌(十二)	25
39. 理塘山歌(一)	26
40. 理塘山歌(二)	26
41. 理塘山歌(三)	27
42. 理塘山歌(四)	27
43. 理塘山歌(五)	28
44. 雅江山歌	28
45. 康定木雅鄉山歌	29
46. 鄉城山歌(一)	29
47. 鄉城山歌(二)	30
48. 道孚山歌(一)	30
49. 道孚山歌(二)	31
50. 道孚山歌(三)	31
51. 道孚山歌(四)	32
52. 爐霍山歌(一)	32
53. 爐霍山歌(二)	33
54. 爐霍山歌(三)	34
55. 甘孜山歌(一)	34
56. 甘孜山歌(二)	35
57. 甘孜山歌(三)	35
58. 甘孜山歌(四)	36
59. 甘孜山歌(五)	36
60. 甘孜山歌(六)	37
61. 甘孜山歌(七)	33
62. 甘孜山歌(八)	38
63. 甘孜山歌(九)	39
64. 甘孜山歌(十)	39
65. 甘孜山歌(十一)	40
66. 新龍山歌	40
67. 德格山歌(一)	41
68. 德格山歌(二)	41
69. 德格山歌(三)	42

70. 白玉山歌(一)	42
71. 白玉山歌(二)	43
72. 白玉山歌(三)	43
73. 牧歌(兩首)	44
74. 甘南山歌(一)	45
75. 甘南山歌(二)	45

情歌

76. 巴塘情歌	47
77. 甘孜斯俄村情歌(一)	47
78. 甘孜斯俄村情歌(二)	48
79. 甘孜斯俄村情歌(三)	49
80. 甘孜斯俄村情歌(四)	49
81. 甘孜斯俄村情歌(五)	50
82. 甘孜白利情歌(一)	50
83. 甘孜白利情歌(二)	51
84. 甘孜白利情歌(三)	51
85. 甘孜白利情歌(四)	52
86. 甘孜打箍箍掛(一)	52
87. 甘孜打箍箍掛(二)	53
88. 康定打箍箍掛	53
89. 鄉城打箍箍掛	54
90. 爐霍打箍箍掛	55

酒歌

91. 格桑來吳拉	56
92. 梭牙拉(一)	57
93. 梭牙拉(二)	57
94. 捆吉道道	58
95. 加米捆瓜	59
96. 梭牙拉	60
97. 改日(一)	60

98. 改日(二)	61
99. 改日(三)	61

100. 一馬亞基	62
---------------------	----

歌 舞 類

歌舞類介紹	64
-----------------	----

鍋庄

101. 吉拉多苏	66
102. 竹屋薪格拉落	66
103. 亞熱益熱	67
104. 阿吾野	68
105. 夏多吉塞巴	68
106. 惹拉也	69
107. 吉尼許	79
108. 波拉拉	70
109. 模格苏	71
110. 江才甘巴	71
111. 阿吾野	72
112. 牙拉	73
113. 諾卡拉	73
114. 滿卓米吉龍(一)	74
115. 滿卓米吉龍(二)	74
116. 伊吾昨米	75
117. 交勞交	75
118. 阿吉冲拉	76
119. 降錯拉其卡	76
120. 索拉也	77
121. 格桑嘎拉	77
122. 各且吃帶妥	78
123. 龍比科拉	78
124. 該桑也拉	79
125. 也安巴來	79

126. 翁帕里洛	80
127. 柔伊欽布	80
128. 牙松拉牙松	81

弦子

129. 嘎馬札粗	82
130. 阿吉冲(一)	82
131. 阿吉冲(二)	83
132. 探利拉索	84
133. 松查木拉	84
134. 探利嘉母	85
135. 嘉林泡开莫开	85
136. 貢布榮	86
137. 約簪咋嘎	86
138. 梭牙拉索(一)	87
139. 梭牙拉索(二)	87
140. 梭牙拉索(三)	88
141. 多吉嶺巴(一)	88
142. 多吉嶺巴(二)	89
143. 伊拉香巴	90
144. 格桑却哲	92
145. 梭牙索	93
146. 依堆龍巴	93
147. 傑傑薩巴	94
148. 松駒日拉	95
149. 去義馬桑乃馬阿	95
150. 由瑪折嘎	96
151. 約休拉	96

152. 多巴來吉江	97
153. 洽那伊松若	97
154. 那拉琼斯	98
155. 伊休日拉	99
156. 伊木琼追洛	99
157. 札西折馬	100
158. 阿嬌琼來桑卡	100
159. 梭牙拉索	101
160. 阿勒塔拉伊	101
161. 塞那欽布	102
162. 秀登加	102
163. 松茶木	103
164. 依喇日落	104
165. 耨巴拉伊	104
166. 阿馬藏鳩卓	105
167. 达勒嘎(一)	105
168. 达勒嘎(二)	106
169. 东該桑休	106
170. 滴林林	107
171. 梭牙索	107
172. 嘎雄牙拉	108
173. 林林加木	108
174. 札拉西比	109
175. 阿拉希伯	109
176. 阿拉相比勞	110
177. 伊休來母	110
178. 咬買苏(一)	111
179. 咬買苏(二)	111
180. 噢日來	112
181. 嘎嘎	113
182. 雅綠折桑	113
183. 夏吉阿嘎	114

184. 尼馬下拉屋	114
185. 梭牙拉	115
186. 傑傑	115
187. 阿吉冲	116
188. 阿塔拉伊	117
189. 阿吉冲	117
190. 阿布西	118
191. 阿拉加母	119
192. 阿吉通	120
193. 格桑探雷	121
194. 林該博母	121
195. 依買忽拉	122
196. 达那塞且多吉	123
197. 梭尼牙拉	123
198. 噢木塞代拉	124
199. 由拉擇就拉	124
200. 梭牙拉也	125
201. 伊馬哥	125
202. 尼馬降錯	126
203. 梭牙拉索	127
204. 塞那揚卓拉	127
205. 阿塔拉伊	128
206. 达拉讓且	129
207. 咬碎拉	129
208. 加孜鳳比	130
209. 加那东該	130
210. 嘎伊搶索	131
211. 丘來多吉	131
212. 塞松拉	132
213. 索拉	133
214. 达拉塞奴拉	133
215. 昂擇器擇	134

216. 波牙那 135

甘南歌舞曲

217. 改桑桑 136
218. 拉母且拉薩布饒 136
219. 讚增唐老 136
220. 恰拉一里落 137
221. 西日農巴 137
222. 抖諾揚竹 138
223. 菜惹拉扣 138
224. 道亞拉 139
225. 日阿巴拉夷 139
226. 卓牙塞 140
227. 阿馬弟搶馬 140
228. 桑贊干部 141
229. 加木錯來日來 141
230. 札西 142
231. 四郎拉木 142
232. 阿乐 143
233. 莫鳥 143

滇西北歌舞曲

234. 雍脂板木 144
235. 梭也拉里 144
236. 塞拉亞姆 145
237. 拉薩麻察拉薩洽 146
238. 拉西巴莫 146
239. 我立亞姆 147
240. 米奇拉喇路阿出 147
241. 拉西巴莫 148
242. 熱亞熱窮桑馬馬 148

243. 梭亞拉松 149
244. 夺花白 149
245. 拉吐阿母 150
246. 支覺卓瑪利 150
247. 欢迎解放軍 151
248. 阿拉多 151
249. 拉薩布达左勒拉 152
250. 撒恰謝布 152

踢踏舞曲

251. 帮吉梅桑 153
252. 打嘎拉 154
253. 依馬拉吉 154
254. 嘎里格里 155
255. 低拉 155
256. 阿日洛琼 156
257. 达娃西比 157
258. 拉达西比格桑 158
259. 梭牙拉(一) 150
260. 梭牙拉(二) 160
261. 野果拉 161
262. 达娃西奴 162
263. 柱洛阿扎且娃 164
264. 果倉强彩 166
265. 鄂西古巴 167
266. 达那松巴 168
267. 次勇拉 169
268. 云智拉 170
269. 爱紫拉 171
270. 热馬鳩 172

戲曲 雜曲類

戲曲、雜曲類介紹 174

藏戲

- 271. 嘎拉翁布 175
- 272. 却吉耶桑 177
- 273. 藏戲調(三首) 178

雜曲

- 274. 加木大理錯卡 180
- 275. 梭牙納 181
- 276. 多熱牙(兩首) 183
- 277. 哎阿拉桑熱拉 184
- 278. 塞那欽布 186
- 279. 孔雀吃水 187
- 280. 杜鵑舞(一) 188
- 281. 杜鵑舞(二) 189
- 282. 巴母德巴 189
- 283. 刺星嘉母 190
- 284. 摘木拉卡梅桑 191

- 285. 拉薩巴母 191
- 286. 金鵲三姊妹 193
- 287. 牙拉 194

清唱及其他

- 288. 孜代拉俄塞 195
- 289. 寿伊拉 196
- 290. 細窠鳩母 196
- 291. 松馬阿里 197
- 292. 覺俊 198
- 293. 圖根會 199
- 294. 江西討口的歌(四首) 199
- 295. 甘孜討口的歌(兩首) 200
- 296. 平鐘林 201
- 297. 娃娃 202
- 298. 佚名 202
- 299. 阿米拉 203
- 編 号 204

農 歌 類

農歌類介紹

一. 農歌——康藏地區的主要農產是青稞麥；藏胞在農作當中，從耕種開始，直到收割，歌聲是不斷的。最突出的就是打青稞，藏語叫“乃東”，當青稞收上場，每家便在自己屋頂上用打麥具（如晉西北所用“鍵枷”相似）打起青稞來。因勞動的需要，人分兩行邊打邊唱，歌聲滔滔不絕，有對唱、齊唱，情緒飽滿、健壯，節奏強烈；有些裝有山歌或情歌的詞，有些則僅是勞動的呼喊，更多的是把經典中的六字真言（噢滿乃白米貨），拿來反復的唱。在巴塘、鄉城等一年收兩季的地方，還有一種打養子，情況與打青稞同，只是較簡單些。

二. 打夯——藏語叫“救杜”，系在建築時所唱，尤以在修建房舍時唱的最多，內容多為激發情緒的詞句，如：“我們在打牆，大家歌唱不疲勞”。也有的只是唱“休休來牙木……”（即咳咳呀呼咳），借以用齊力量。

另外藏胞所住的房子，均系平頂，用泥土制成，藏胞在日常生活中，又多習慣於在屋頂上做事，如逢下雨，屋頂上的泥土則鬆了，每次雨後必須用木棒槌打，這裡收集的打土歌，即在此時唱。其打土的动作本身，就是很好的舞蹈。

三. 搬运歌——在康定、理塘等地，有很多專業搬运工人，且多为妇女，在搬茶、捎粮食、捎石头、捎泥巴时，成羣結队的唱着歌，也常有一呼一应的对唱，内容多为劳动呼声。

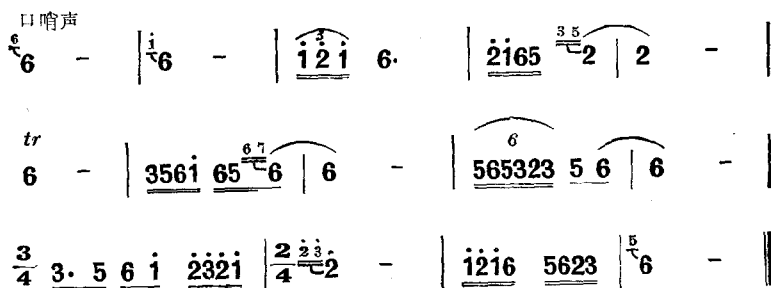
其他还有吹火歌、打皮子等，都是結合了具体的劳动而產生的。

巴塘農歌

耕地

$\frac{2}{4}$ 自由速度

格桑翁堆唱
程途記

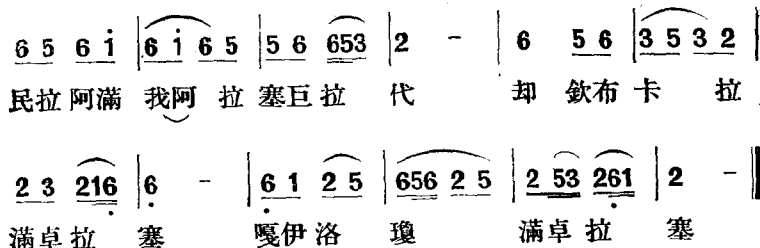


放水

$\frac{2}{4}$ 愉快流暢地

(一)

黃玉藍唱
程途記



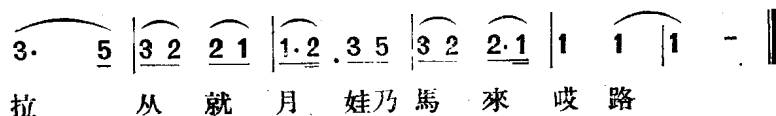
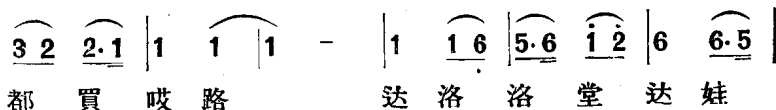
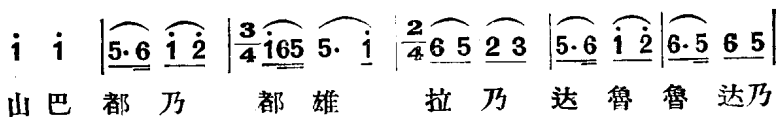
歌詞大意：母親告訴我，叫我別到大河邊上去，怎奈我的小田就在大河邊，那能不去呢。

放水

(二)

格桑翁堆唱
程途記

$\frac{2}{4}$



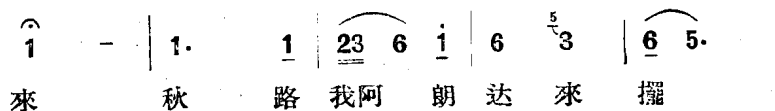
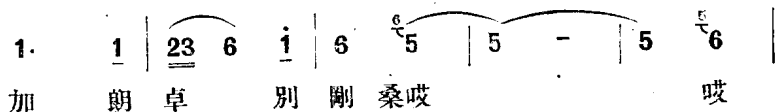
歌詞大意：我的心里悲伤起來，这样的日月，很是难过。

拔草

刘家駒唱
程途記

$\frac{2}{4}$

自由節奏



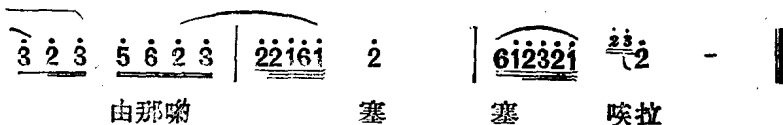
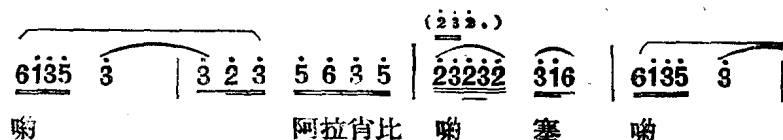


歌詞大意：大路边上行人滿了，大家都羨慕崖头上被日光晒暖了的“秋路”（草名）但“秋路”自己看來，崖头上的鋼風是難受的。

割 青 稞

$\frac{2}{4}$ 慢 自由速度

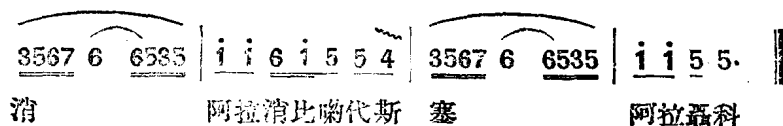
李書年、程 途記



捆 青 稞

$\frac{3}{4}$ 自由速度

李書年、程 途記

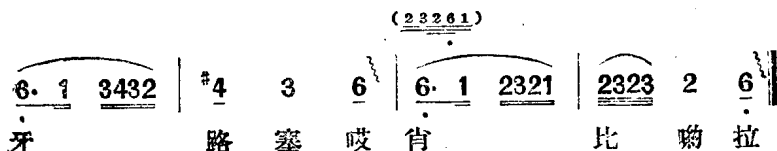


揸青稞

$\frac{2}{4}$ 自由速度

(一)

李書年、程途記

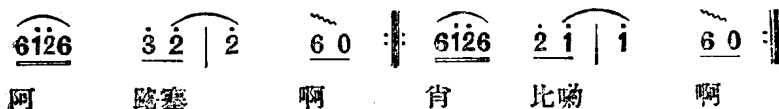


揸青稞

$\frac{2}{4}$ 自由節奏

(二)

李書年、程途記

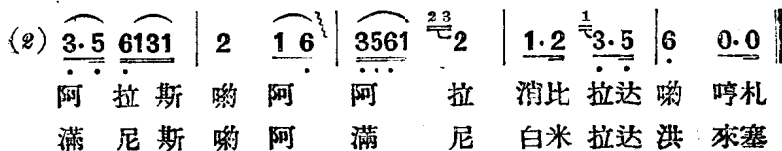
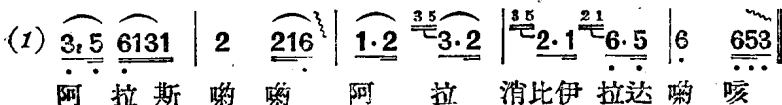


打青稞

$\frac{2}{4}$ 稍慢 劳动節奏

(一)

李書年、程途記

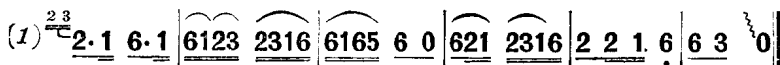


打青稞

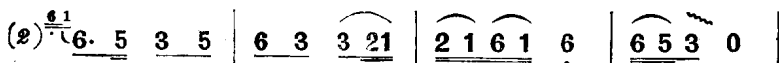
$\frac{2}{4}$ 稍慢

(二)

程途、李書年記



噢斯滿乃阿拉伊 喇 來 滿 尼 喇白米拉貨來斯



噢斯滿乃阿拉伊 喇 來 拉 來 塞



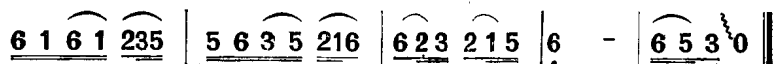
滿 乃 白米拉 貨 來 塞

打青稞

$\frac{2}{4}$

(三)

程途、李書年記



阿拉達 吉 消比達 尼 滿 乃白米貨 食艾拉

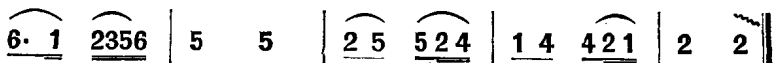
打青稞

$\frac{2}{4}$

稍慢 依勞動節奏

(四)

蔣學譜記



啊 拉斯 喇 喇 啊 拉 肖比拉達 喇 喇