

藏族民间故事精选

跑马山下的传说  
龙王的客人

程圣民 著 民族出版社

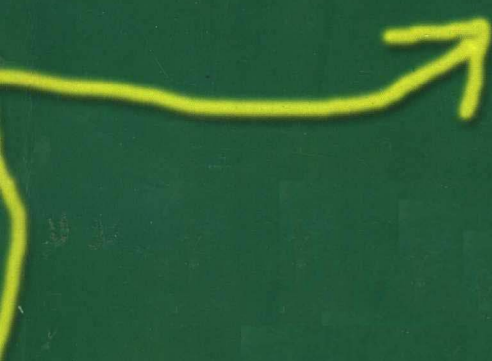


藏族民间故事精选

LONGGWANGDENERREN

跑马山下的传说  
龙王的客人

程圣民 著 民族出版社



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 jian gù shi 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)

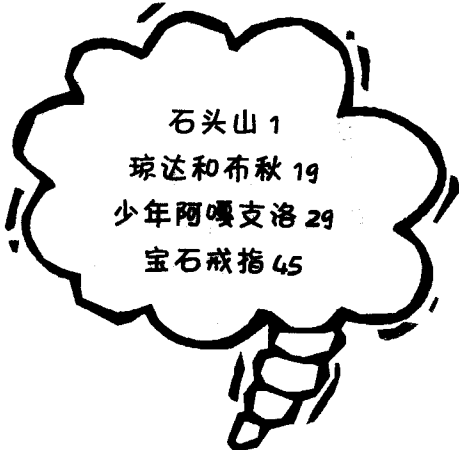
---

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)



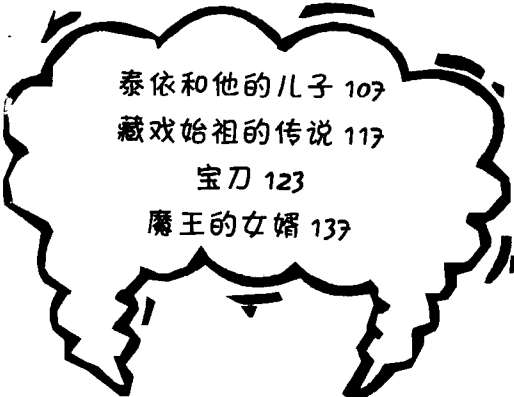
# 目录



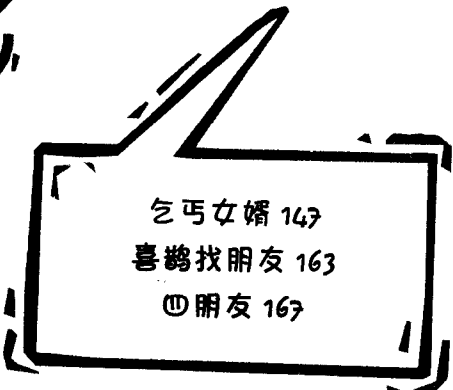
石头山 1  
琼达和布秋 19  
少年阿嘎支洛 29  
宝石戒指 45



神箭手泽波楚 3  
班波利卡杰 69  
达美洛 85  
驴驴城 95



泰依和他的儿子 107  
藏戏始祖的传说 117  
宝刀 123  
魔王的女婿 137



乞丐女婿 147  
喜鹊找朋友 163  
四朋友 167



阿迷姑娘 171

耀支莫克的故事 185

龙王的客人 197

兄妹俩 207

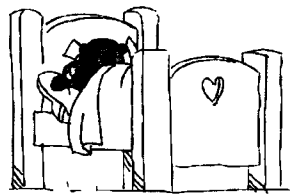
王子和他的侍从 215

文成公主 227

渔夫和公主 235

隐身草 241

龙女三公主 249



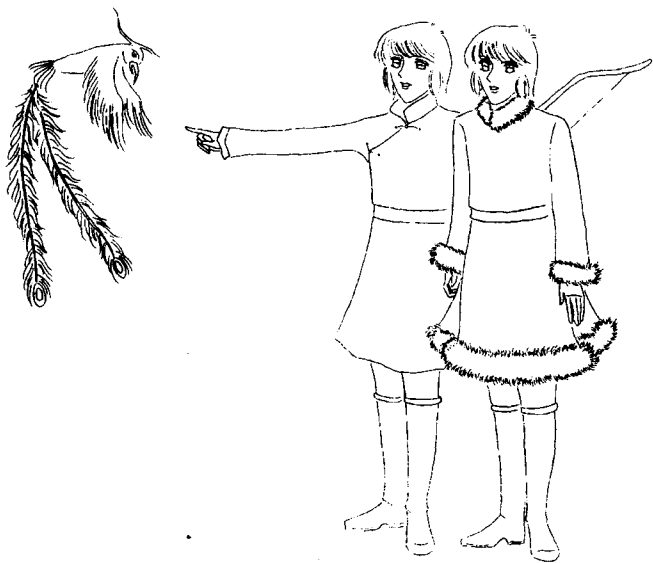
# SHI TOU SHAN

# 石 头 山

这是一个很古老的传说。

很早以前，哲多山下住着一对孤儿。他们是双胞胎，不但模样长得一样，连说话的声音也一样。哥哥叫尼玛，弟弟叫达瓦。

他们没有土地，没有牛羊，靠打鸟雀为生。有



一天，他们打到一只金色羽毛的雀子。土司看见了，急忙抢去烤起来——相传吃了金雀子的人，可以吐出金子来哩！达瓦很气愤，要找土司评理。尼玛想起阿爸、阿妈在世时经常说的一句话：“富人说话无理也悦耳，穷人说话有理也难听。”因此，拦

跑马山下的传说



藏族 精选

藏族民间故事精选

住了弟弟。他们眼睁睁地望着被土司抢去烤得吱吱响的金雀子。突然“砰”地一声响，金雀子烤爆了，肚肠一下子飞到兄弟俩的脚边。尼玛忙捡起来，和弟弟分吃了。

土司心焦性急地吃完了金雀子，像被牛毛卡了喉咙一样，在那里大吐特吐起来。他“哇呀哇呀”吐了半天，只吐了些又臭又脏的东西，连豆粒大的金子也没吐出来。看热闹的人们被呕吐的臭气熏得四散跑开，土司气得又拍屁股又跺脚。达瓦觉得好笑，土司的气没有地方发泄，狠狠地揍了达瓦一顿。

尼玛把被土司打伤的弟弟背回他们破破烂烂的家。穷苦的邻居阿婆关心这对孤儿，给他们送来一碗糌粑。达瓦看见老阿婆，就“哇”地一声哭了起来。这一哭，喉咙里痒苏苏的，张嘴一吐，吐出一块金子来！尼玛也感到喉咙里痒苏苏的，也吐出一块金子来！他们高兴得拉着手跳起来：“哈哈，土司以为吃了金雀子肉就会吐金子，他不知道，要吃了金雀子的肚肠才能吐金子呢！”

老阿婆却很忧愁，她说：“孩子们啦，狐狸放不过小鸡，狼放不过小羊，土司知道你们会吐金子，就会害死你们的！快快走吧，只有远走高飞才能躲

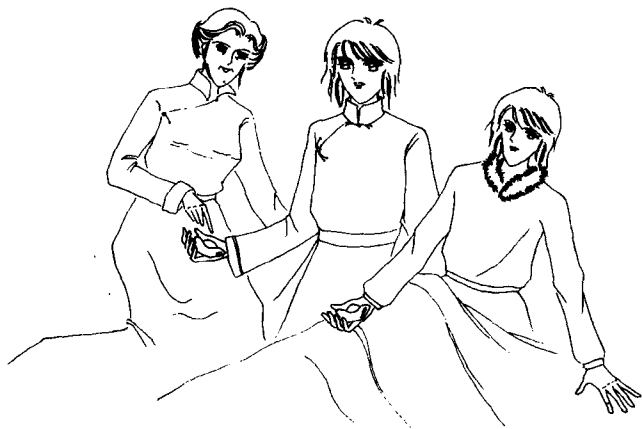
SHI

TOU

避灾祸啊！”

SHAN

尼玛和达瓦把吐出的金子送给了好心的老阿婆，恋恋不舍地离开了故乡。

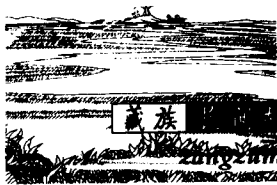


他们走啊走啊，来到一座村落里，看见一个孩子正在捉弄几只小兔，兔妈妈在一旁急得直挠地。尼玛忙吐出一块金子给那小孩，请他放掉小兔。孩子欢天喜地，捧着金子跑了。兔妈妈感激得直作揖，说：“救命的恩人，我送你们两只小兔吧！”那两只小兔来到他们面前，高兴得直跳。

他们一人抱着一只小兔，走啊走啊，来到一条湍急的河边，看见一个流浪汉正在折磨几只小猫，猫妈妈绝望地“喵，喵”直叫。达瓦忙吐出一块金子给那流浪汉，请他放了小猫。流浪汉心满意足地

跑马山下的传说





藏族 精选

zàng zú mín jiāng gù shì jīng xuǎn

走了。猫妈妈说：“好心的人，为了报答你们，我送你们两只小猫吧！”两只小猫马上跑过来抓他们的脚，又爬到他们怀里来。

尼玛和达瓦牵着小猫，抱着小兔又往前赶路了。他们登上一座峭壁耸立、松柏参天的山峰，看见一个猎人抓住了两只小老虎，正要用尖刀剥它们的皮呢！尼玛和达瓦赶忙送给猎人一块金子，救了小老虎的命。这时，从树林深处走出一只大虎来，它流着泪说：“善良的孩子，请你们收下这两只小虎吧！”说完，在小老虎身上舔了一阵后，便钻进林子里去了。

就这样，他们一路上还救了小狮、小熊、小狼、小狐狸。这些小野兽的母亲呢，也都分别送了一对儿女给他们。在流浪中，尼玛和达瓦长大了，小兽们也长大了。他们每到一处，都带着一群野兽，人们都叫他们是带领野兽的人！

有一天，他们来到一条岔路口，看着面前有两条弯弯曲曲伸向远方的大路。他们决定一人走一条，去寻找幸福。路边有一棵大树，他们把自己的腰刀取下来插在树上。尼玛说：“达瓦弟弟，三年后我们在这儿碰头。那时候谁的刀锈了，就说明谁遭到了危险，就要赶快去救啊！”达瓦说：“阿哥，我

SHI

TOU

记住了，但愿我们的刀都不生锈，我们都平安！”

SHAN



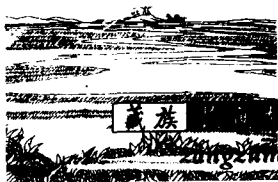
弟兄俩流着泪告别。野兽们也摇头摆尾，擦肩撞背，跟自己的兄弟告别。他们在岔路口分道出发了。

尼玛带着野兽，跨过三十条大河，翻过九十座大山，来到一个又遥远又陌生的国度。他发现这个国家的男人们都哭丧着脸，女人们都红肿着眼，情景很凄惨。尼玛拉住一个白发阿爷询问，阿爷回答说：

“远方来的青年，你到了一个大灾大难的国家啦！我们这里来了一条九头怪龙，年年要人们送一对属虎的童男童女去供它吃。今天，轮到公主啦！”

尼玛惊奇地说：“公主今天就要送去给怪龙

跑马山下的传说



藏族

精选

Zangzuminjiāngùshìjīngxuǎn

paomashanxiadechuanshu

吃吗?”

老阿爷说：“没办法啊，轮到她啦！”

尼玛气愤地说：“可恶的龙！不给它送去不行吗？”

老阿爷说：“青年人，你说得好轻松！滚下山的石头没法叫它滚上去，妖龙吃人的本性没法叫它收回去呀！可怜的小公主，又善良又可爱，谁都心疼她啊！”

老阿爷说着说着痛哭起来，摇着满头白发，擦着眼泪走了。尼玛决心带着兽群去消灭妖龙，替人们除害。狐狸说：“亲爱的小主人，您是打不赢妖龙的，您的力气太小。我知道在海子的那边，在最高的山巅，有灵芝仙草，吃了能长力气。”

狼自告奋勇地说：“我能游过海子！”

兔子跳了起来：“我能爬上山巅！”

尼玛就吩咐狼和兔子去采灵芝。它们在太阳快落坡时出发，月亮还没升起的时候就采回来了仙草。尼玛吃了灵芝，顿觉力大无穷，他手提大刀，就要去寻妖龙。狐狸说：“小主人，你可知道这句话，‘狮子为了捕吃水牛，避开牛角却不是胆小’。”尼玛说：“那该怎样除妖龙呢？”狐狸说：“我们先躲在妖龙吃人的庙里，等妖龙不防备时，杀死它。”

SHI

TOU

SHAN

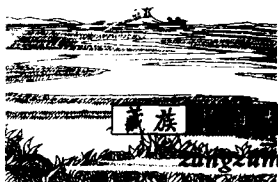
他们悄悄来到古庙藏起来。月亮升到中天，人们把公主送来了。公主秀丽得像朵莲花，和善得像个观音。她恐惧地走进庙来，用手捂着脸哭泣。送她来的人们无可奈何，流着泪走了。只有一个叫仁青的大臣躲在门后，想看看妖龙是怎样吃人的。

忽然，一阵狂风卷来，飞沙走石，遮住了月亮，接着哗哗地下起大雨来。一条九头妖龙张牙舞爪地蹿进庙来，十八只龙眼射出十八道绿幽幽的凶光，张开血盆大口伸向惧怕得发抖的公主。



这时，尼玛大喝一声，冲向妖龙，野兽们也怒吼着扑上去。狮、虎、熊、狼、狐等各咬住一个龙头，猫抓龙的眼睛，兔子咬住了龙尾。妖龙顾了这

跑马山下的传说



藏族

精选

藏族民间故事精选

paomashanxiadedechuanshuo

边顾不了那边，翻过来扭过去都不能脱身，终于被群兽咬死了。

尼玛精疲力尽，对兽们叮嘱道：“我歇一会儿，你们当心，守住庙门。”说完就睡着了。

狮子对虎说：“我累了，睡一会儿，你们守住庙门。”狮子也呼噜呼噜地睡着了。

虎对熊说，熊又对狼说，狼又对狐狸说，狐狸又对猫说，猫又对兔说，于是它们都睡了，只剩下兔子没睡。兔子很生气地想：“就你们有功劳吗？我采了灵芝，还咬了龙尾巴呢！”说着也甜甜地睡着了。公主惊吓过度，晕倒在神座下。

这一切，都被狡诈的仁青大臣看在眼里了。他从门后跑出来，抽刀杀死了熟睡中的尼玛。他又把公主推醒，说：“快走，回去！”他威吓公主说：“回去后，你就对国王说是我杀死了妖龙的，不然，我活不成，你也活不成！”他把血淋淋的钢刀在公主头上晃了又晃。

仁青领公主回到了王宫，向国王冒功请赏，国王和王后又惊又喜，马上给仁青加官升级，招为驸马。仁青得意得神魂飘荡，公主却哭哭啼啼，死也不和仁青成亲。

太阳金灿灿地从东山顶上升起来，耀眼的光芒



SHAN

射在狮子眼皮上，狮子醒来了。它一下子看见小主人躺在血泊中，急得暴跳如雷。它推醒了老虎，老虎见这情景，急忙推醒熊，熊推醒狼，狼推醒狐狸，狐狸推醒猫，猫推醒兔子，这一下子全醒了。看见小主人惨死，它们又生气，又伤心。狮子怨虎，虎怨熊，熊怨狼，狼怨狐狸，狐狸怨猫，猫怨兔子，七嘴八舌嚷成一片，震得庙堂嗡嗡直响。突然，哭得昏头昏脑的狐狸大叫起来说：

“不要光顾吵架了，海子对面的高山上有神土，用它熬水喝，死人能复活。”

狼和兔子拔腿就去取神土。狼驮着兔子游过海子，兔子上山取了神土。众兽寻来了枯枝干叶，烧起大火熬神土汤。它们把汤灌进尼玛嘴里，尼玛果然活了过来。他坐起来，可怎么也站不起来，急得直叹气说：“糟糕，力气都随着血流光了！”

狐狸说：“只有吃了皇宫里的仙丹才能复原。”

大家一听急了：“皇宫九道门，怎么进得去？”

猫说：“我去，我跟在厨师后面就能进去。”

猫很快盗来了仙丹，尼玛吃了，浑身有了力气。他问：“谁杀了我？”兽们一个也答不出。一只山雀飞到他肩上，叽叽地叫着：“仁青，仁青！”尼玛忙问：“仁青在哪里？”山雀叫道：“在王宫里，在

跑马山下的传说



藏族

精选

Zangzu minjian gùshijingxuan

paomashanxiadec huanshuo

王宫里！”尼玛把一个最大的龙头揣在怀里，带领兽群，直向王宫奔去。

王宫里，国王正强迫公主和仁青成亲。仁青喜滋滋地坐在银凳子上，他身边放了一条金凳子，公主不肯坐。国王发怒了，责骂公主：“为什么不肯嫁给救命恩人？”公主说：“救命恩人不是他，是一个带领兽群的青年。”仁青大叫：“国王做主，公主在说梦话！”正闹得不可开交的时候，尼玛带领着兽群，威风凛凛地走进官来。

公主一见尼玛，高兴得大喊起来：“父亲，杀死妖龙的是他！”国王说：“有何凭据？”尼玛马上从怀里取出龙头献给国王。仁青见势不妙，拔刀扑向公主，尼玛飞起一脚，踢掉了仁青的刀。国王了解真相后大怒，立刻下令把仁青推出去斩了。

尼玛和公主成了亲，继承了王位。他吐出大量黄金，分发给穷苦的百姓。百姓们众口称赞这位替他们除害，又给他们带来饱暖的年轻国王。

再来说达瓦。

达瓦和尼玛阿哥分别后，带着兽群，走了九天九夜，来到一座高耸入云的大山上。这座山奇怪极了，没有树，没有草，遍地是光秃秃的石头、金晃晃的金子、亮闪闪的银子、碧莹莹的玉石。这种奇



异的景象使达瓦感到又孤独又凄凉，他坐在一块长 **SHAN**  
长的石头上，忧伤地唱起歌来：

我的家乡是黄金沟，

见到黄金想家乡。

我的家乡是白银沟，

见到白银想家乡。

我的家乡是玉石沟，

见到玉石想家乡。

忽然上面有人焦躁地叫喊：“不要唱，不要唱！”

达瓦抬头一看，原来山颠上有一棵树，树上坐着一个白发老阿婆。达瓦高兴得直叫阿婆。老阿婆说：“你这个小伙子，为什么马也不骑一匹，跟着一群野兽跑？你没有亲人吗？”

听了老阿婆的问话，达瓦想起了亲爱的尼玛阿哥，他望着远飞的云朵，流着泪又唱道：

我在山脚走，

山脚溪水问我往哪里走？

问我往哪里走我不伤心，

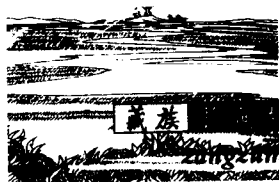
说我孤零零我伤心。

我在山腰走，

山腰松柏问我往哪里走？

跑马山下的传说





藏族

精选

Zangzuminjiāngùshijīngxuǎn

paomashanxiadechuananshu

问我往哪里走我不伤心，  
说我孤零零我伤心。

我在山顶走，  
山顶白云问我往哪里走？  
问我往哪里走我不伤心，  
说我孤零零我伤心！

老阿婆又喊起来：“你这个小伙子，是聋子吗？  
叫你不要唱，不要唱，你还唱！”

达瓦说：“忧愁能随着歌声消散。”

老阿婆说：“不管怎样，叫你别唱就别唱，我怕  
歌声。”

达瓦行了个礼说：“好，我就不唱了。阿婆，请  
您告诉我，为什么这座山上没有草木？为什么只有  
您一个人？”

老阿婆蜷缩在树叉上，战战兢兢地说：“我下来  
再告诉你，可我怕你那些野兽会吃掉我。”达瓦说：  
“这些野兽不伤人”。但老阿婆连连摇头，递给达瓦  
一根黄澄澄的木棒说：“你在它们每个头上都轻轻敲  
一下，它们就不敢伤我了。”

达瓦接过木棒在每只野兽的头上敲了一下，刚  
敲定，老阿婆“唵”地一声下来了，她抢过达瓦手