ཀཀ།།བོད་ཡིག་སློབ་དེབ་སྐུ་རིམས་གསར་པ།

轻松学藏语（初级版）

ལྷུན་པར་བསྟན་འཛིན་ལྷ་འཛོམས་ཀྱིས་རྩོམ་སྒྲིག་བྱས།

མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།

བོད་ཡིག་སློབ་དེབ་སྐྱ་རེངས་གསར་པ།

轻松学藏语（初级版）

ལྷུན་པར་བསྟན་འཛིན་ལྷ་འཛོམས་ཀྱིས་རྩོམ་སྒྲིག་བྱས།

མི་རིགས་དཔེ་སྐྲུན་ཁང་།

前言

高尔基曾说过:“语言是心灵的窗口”,没有了语言这个特殊工具,就无法实现人类社会相互之间的交流和沟通。高度信息化的今天,语言的学习显得格外重要。众所周知,任何一种语言都是由语音、词汇和语法三个部分组成。学习语言的目的在于交流,要想达到顺畅交流目的必须做到两件事:一是要让别人听懂你说的话;二是要自己能够听懂别人说的话。因此,能否准确的发音显得非常重要。

本书为一本藏语基础教材,其编写的初衷是为广大初学藏文者,特别是非藏语为母语且具有一定的汉语基础者为对象。在编写过程中力求作到深入浅出、通俗易懂,既借鉴了前辈们的成功经验,又结合自己多年来的教学实践的感悟,从最基

本的藏文拼读法开始，简要地介绍了藏语常用语法及拉萨口语日常生活用语等现代藏语基本语法常识。

为了便于广大初学者准确掌握藏语的发音，笔者参考了周季文先生在《藏文拼音教材》中使用的拉丁字母转写方案。通过本书的学习，能够为进一步学习和研究藏语打下良好的基础。

由于编者水平有限，难免有不妥之处，望广大读者提出宝贵意见。

伦巴尔·旦增拉宗

2008.2

目录

第一章　基础……（1）

第一课　辅音字母……（1）

第二课　元音 ……（10）

第三课　后加字 ……（15）

第四课　再后加字 ……（22）

判断动词 ཡིན། 和 རེད། …（24）

第五课　下加字 ……（29）

第六课　上加字 ……（38）

第七课　叠加字 ……（47）

第八课　前加字 ……（50）

第九课　拼读总结 音节结构分析 …（60）

第二章　常用句子和语法功能 ……（69）

第十课　藏文的指代词 ……（69）

第十一课　词语 ཚིག། ……（74）

第十二课　ཡོད། འདུག　ཡོད་རེད། 三个存在
动词 …… (78)
第十三课　连词 དང་ …… (85)
第十四课　属格助词 འི་ལ་གྱི། …… (92)
第十五课　具格助词 ཀྱིས་གྱི། …… (101)
动词语尾 ཀག(བཞག་) སོང་།
སྲུང་། ཚོག …… (110)
第十六课　位格助词“ལ།” …… (115)
第十七课　数词 …… (125)
介词 ལས། …… (131)
第十八课　时刻的表达方式…… (135)
副词 ཡང་ …… (137)
ཤི་ཡིན།等动词语尾…… (140)
第十九课　时间的表达方式…… (145)
第二十课　连引词 དེད་ཀྱི། …… (152)
第三章　常用语法略解…… (157)
附录一　反义词…… (174)
附录二　自主动词和不自主动词…… (178)

第一章　　基础

ཡིག་ཆའི་དོན་ཏོ།

第一课

ག་སམ་ཇེ་དཔུ་རུ།(saef jeh sumf juf)

三十个辅音字母

(一)表示辅音字母的音势强弱的符号。

1.表示藏文辅音字母的音势强弱的三种符号：

ཨ　　ཅ　　ར

具体书写藏文时，表示藏文辅音字母的音势强弱的ཨཅར三种符号虽然没有直接写在藏文字母之后，但隐藏在三十个辅音字母中，因此，拼读

藏文字母时，受强、中、弱的三种音的控制，每一辅音字母必带其中一个音。如带“ཀ”音的字母属阳性清音不送气；带“ཁ”音的字母属中性音送气，带“ག”音的字母属阴性浊音不送气。

2.三个表示辅音的音强及音高的实际读音：

ཨ__ (af) ཧ__ (haf) ཨ__(av)

(二)辅音字母的发音

1. 三十个辅音字母及其它们的音调强弱规律。

藏文三十个辅音字母在排列顺序与其它文字不同，有其特殊的排列方式。即：按强、中、弱方法及发音的不同，将三十个辅音字母分为阳性，中性，阴性三个部分。每四个字为一组，排为七组半，并将各组的强势音排在最前面，依次按中性、阴性进行排列。每个音节之间要加小点(隔音符号)来表示音节和所包含的意义。

ཚ་ གསུམ་ གཅིག་	ཡོ།(ཡ) 阳性 ཡ།	མ་ནིང་།(ཏ) 中性 ཏ།	མོ།(ད)	
			阴性 ད།	
一组	ཀ་	ཁ་	ག་	ང་།
二组	ཅ་	ཆ་	ཇ་	ཉ།
三组	ཏ་	ཐ་	ད་	ན།
四组	པ་	ཕ་	བ་	མ།
五组	ཙ་	ཚ་	ཛ་	ཝ།
六组	ཞ་	ཟ་	འ་	ཡ།
七组	ར་	ལ་	ཤ་	ས།
八组	ཧ་	ཨ།		

藏文语音规律中，辅音的读音必须借助于元音，故辅音没有单成音节。元音则不同，单元音可以组成单成音节。如：

ཨཱཧ།　哎哟！好冷呀！

ཨཱཙཱརྱ།　啊呀！（对东西太多，太大表示惊讶）

ཨེཡོད།(ཡོད།)　有吗？

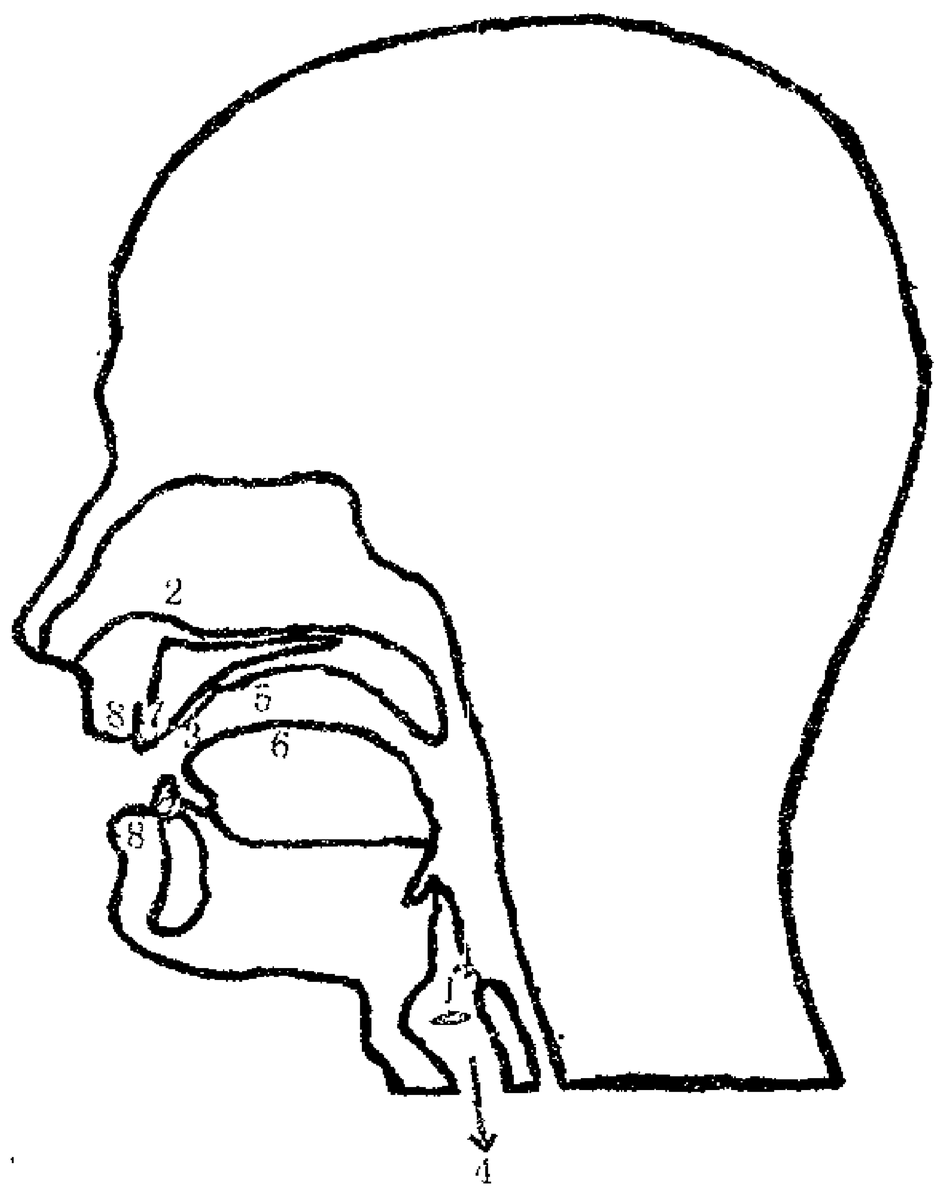
ཨཱཁཱ།　哎呀呀！（表示可惜）

辅音借助于元音后组成一个完整的音节时，

都带有固定的声调，其中有14个读音高调，16个读音低调。

上述八组中带“ཨ”的阳性字母有5个：ཀ་ཅ་ཏ་པ་ཚ། 带有“ཅ”的中性字母有5个：ཁ་ཆ་ཐ་པ་ཚ། 带有“ང”的阴性字母有17个：ག་ང་ད་ན་བ་མ་འ་ཞ་ཟ་འ་ཡ་ར་ལ་ཤ་ས།

2. 三十个辅音字母的发音部位图



ཐུན་པའི་སྐྱེ་གནས་ཀྱི་དེ་མོ།

1.མགྲིན་པ། 2.སྣ། 3.ལྕེ་བ། 4.བོག་པ། 5.ཤན། 6.ལྟེ། 7.སོ། 8.མཆུ།

要正确读出每一个字母，必须掌握好它们各自的发音部位。

下面分别讲述各发音部位：

一组 ཀgaf→舌根音

ཀ kaf
ག kav
ང ngav
} 发出舌根音，声带颤动。

二组 ཇ jaf
཈ qaf
ཉ qav
ཉྷ nyav
} 发出舌面前靠近上硬颚音。

三组 ཏ daf
ཐ taf
ད tav
ན nav
} 发出舌尖与上齿龈音。

四组 པ baf
ཕ paf
བ pav
མ mav
} 发出双唇音。

五组 ཟ zaf
ཚ caf } 发出舌尖齿背上颚音。
ཙ cav

ཝ wav → 发出双唇圆形时气流通过双唇音。

六组 ཞ xav → 发出舌尖，前颚音。

ཟ sav → 发出齿间上颚音。

ཡ av → 发出舌根音，气流通过喉部，声带颤动。

ཡ yav → 发出舌面，中颚音。

七组 ར rav → 发出舌尖略卷音。

ལ lav → 发出舌尖硬颚音。

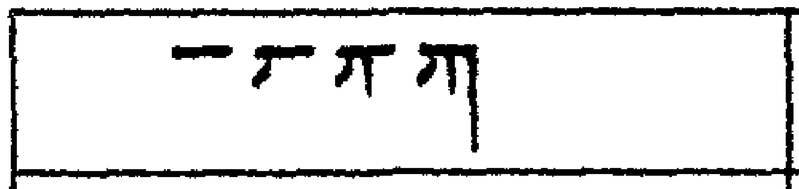
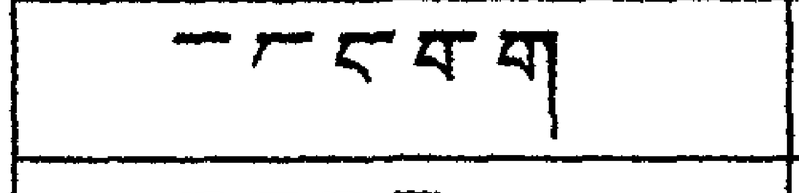
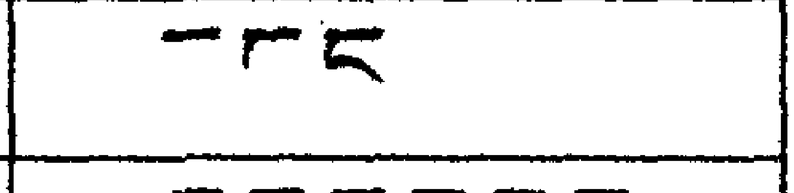
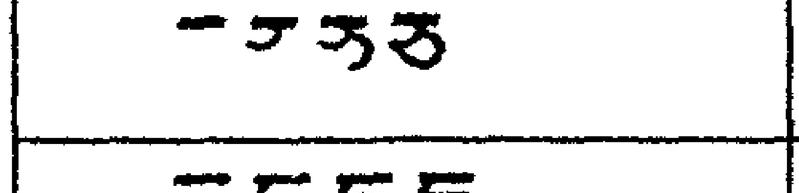
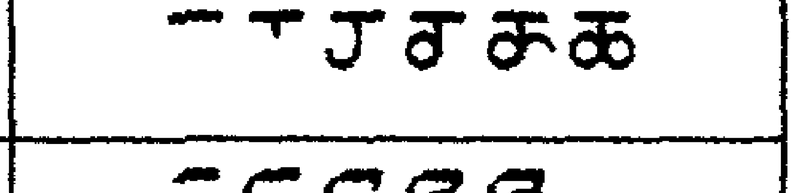
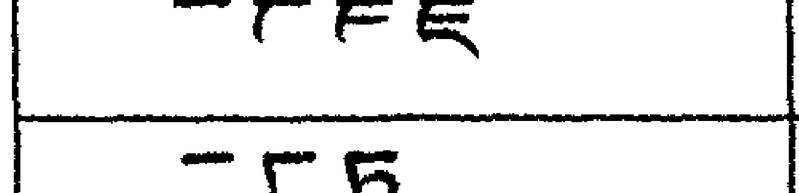
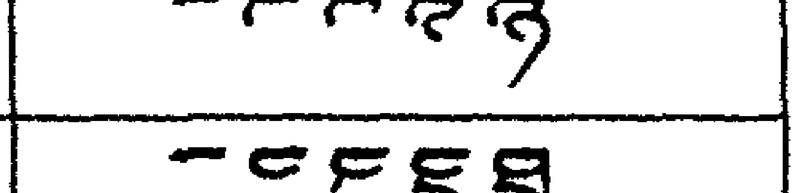
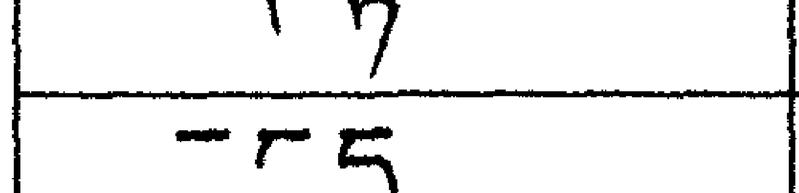
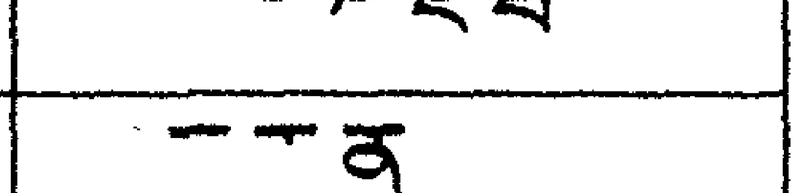
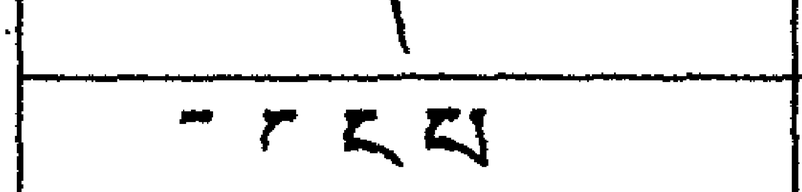
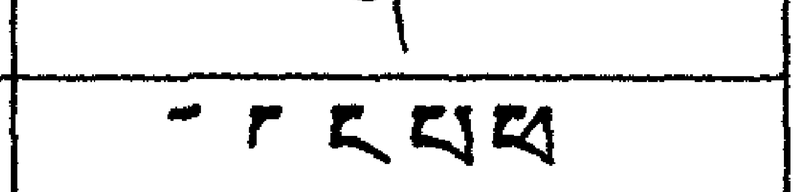
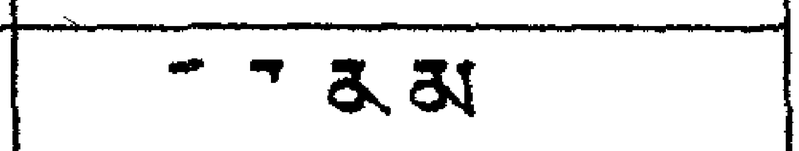
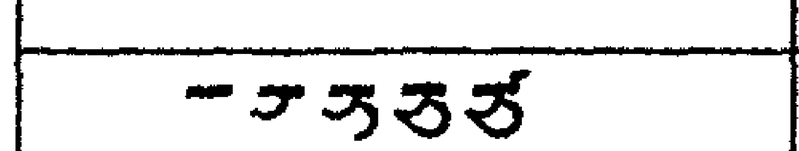
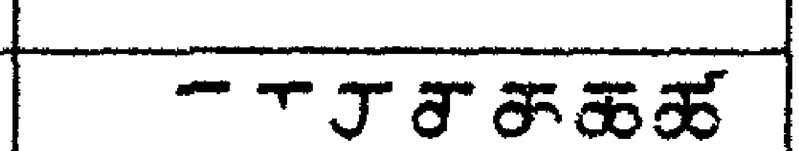
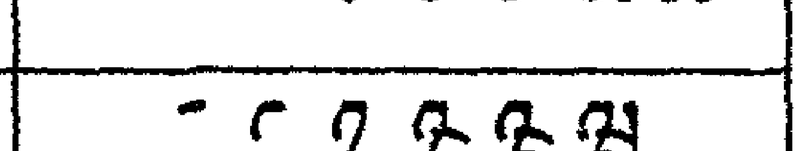
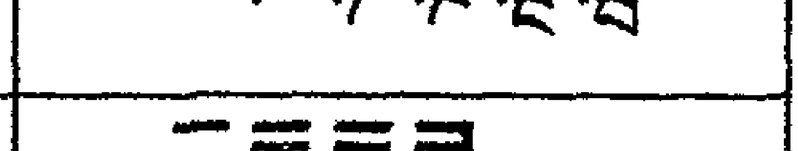
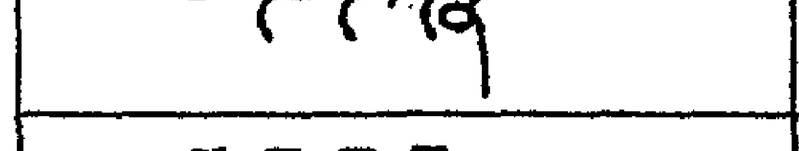
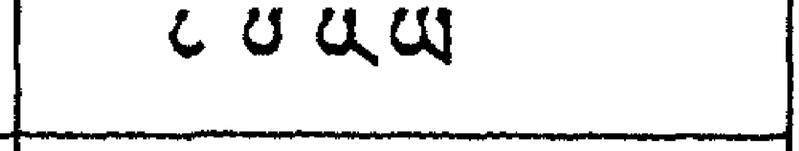
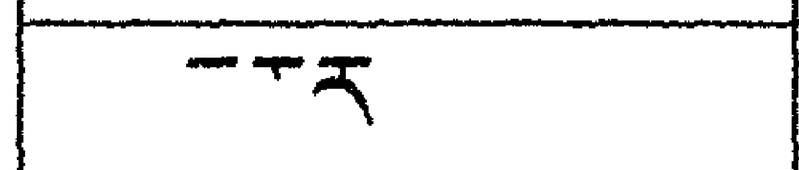
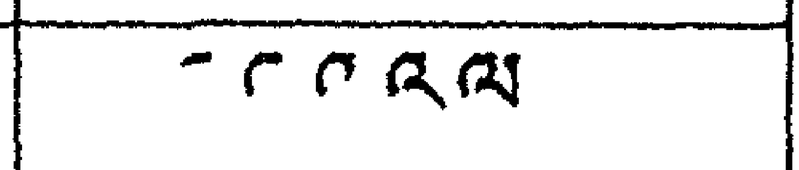
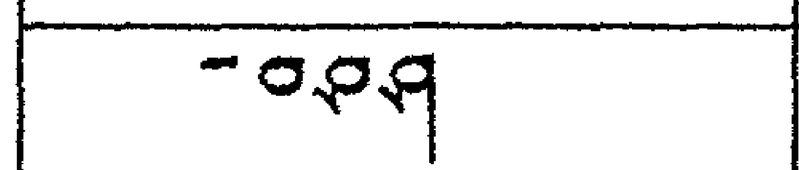
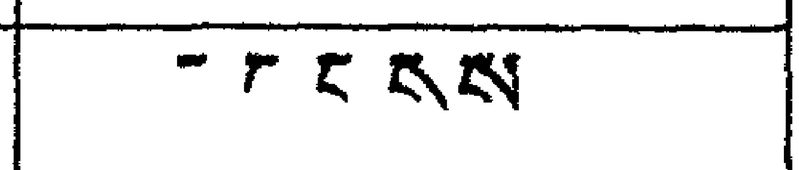
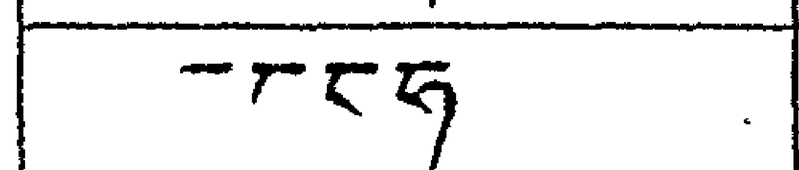
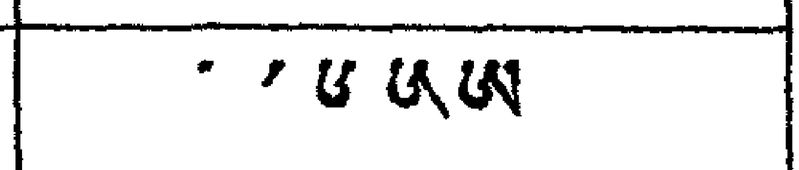
ཤ xaf → 发出舌前颚音。

ས saf → 发出上下齿及上颚音。

八组 ཧ haf } 发出舌根音，声音颤动。
ཨ af

（三）书写法

藏文字楷书体笔顺表

(四)默写三十个辅音字母应注意的问题：

标点_____音节连写时，音节之间不加小点就不能成为音节，也表达不出词的含义，所以必须用小点隔开；句子的末尾或句中需要停顿的地方不用小点而用竖道表示断句，其中有两个例外：

1. 句尾或停顿时的最末一个字母是ག或ད时，既不加小点也不用竖道。

2. 句尾或停顿时的最末一个字母是ང时，既要加小点也要用竖道。如：

ཉ་གས(藏两)　　ཀ་ཁ་ག་ང།

生词

1. ཁ་ 嘴，口　　2. ང་ 我

3. ཚ་ 双，对　　4. ཇ་ 茶

5. ཉ་ 鱼　　6. ད་ 现在

7. ན་ 病，疼(动)　　8. མ་ 疼(刺疼)(动)(热)

9. ཟ་ 吃(现)　　10. ཡ་ 单的

11. ར་ 山羊　　12. ལ་ 山(有路的山)

13. ཀ 肉　　14. ས 地，土

练习一

(1)抄写下列各对字母，注意它们的异同。

ཁ____ ག　ང____ ད　ཅ____ ཇ　ཡ____ ཉ

ཏ____ ད　ན____ ད　པ____ བ　ཕ____ ཟ

ཙ____ ཛ　ཚ____ ཛ　ཝ____ ཞ

(2)朗读下列字母

① ཁ ཚ ཐ ཝ ཤ ས ཨ
　 ག ཟ ད ཇ ཋ ཟ འ

② ཀ ཙ ཏ ང ཙ ལ ད
　 ཁ ཚ ཐ འ ཚ ན ཏ

(3)抄写三十个辅音字母中的 14 个高调字母

(4)将下列藏文译成汉文

ཁ ཟ ང ད ར ཡ ཤ ས ན ཝ

ཉིས་པ་ཚན་གཉིས་པ།

第二课

དབྱངས། (yangh)

元音

根据书写元音的规则，元音可以分为无形元音和有形元音两种。

(一)无形元音与有形元音：

在具体书写藏文时，无形元音“ཨ”虽然没有直接写在藏文字母之后，但隐藏在三十个辅音字母读音中。而有形元音有四个：ཨི་ཨུ་ཨེ་ཨོ།

(二)各元音的发音部位：

1. ཨི 发出舌面前音 i 的音。

2. ཨུ 圆唇发出舌面后 u 的音。

3. ཨེ 发出舌面前和咽喉音 e 的音。

4. ཨོ 圆唇发出舌面后 o 的音。

（i u e o是四个元音的本音）

（三）四个元音的名称及书写符号

元音符号	名称	写法	发音
◌ི	གི་གུ་ kivguf	◌ི	i
◌ུ	ཞབས་ཀྱུ་ xabvjuf	◌ུ	u
◌ེ	ཉེངས་པོ་ nzhengvbof	◌ེ	e
◌ོ	ན་རོ་ navrof	◌ོ	o

为了表示元音符号的音，也可以把它们和辅音字母 ཨ拼在一起，代表元音。如：

ཨ + ཀ་ཀུ = ཨི i

ཨ + ཞབས་ཀྱུ་ = ཨུ u