

壮族传统对唱恋歌

□ 关仕京 搜集翻译

《壮族传统对唱恋歌》是一部世代传承的壮族男女青年对唱情歌,流行于广西武鸣县一带,民间有古壮字手抄本。全歌分为10章,共有515首五言四句歌,合计2060句。唱述内容包括男女青年恋爱的全过程:从相问、相约、相逢、相逗、相赞、相随、相爱、相牵、辞别到相嘱。歌词是壮族语言的精华,通俗易懂,言简意赅,情真意切,妙趣横生,生动展现了壮族语言的艺术魅力,句句扣人心弦。尤其是比喻的运用,生动形象,栩栩如生,感人肺腑。同时,歌词真实展现了壮乡的风土人情和自然景物,带有浓郁的壮乡韵味。整部歌中的每一首五言四句歌,基本都是按照脚腰、脚腰、脚腰的押韵规律来编,符合壮族民歌独特的押韵形式,韵点密集,连环相扣,朗朗上口,易唱易记,便于口头传承。

It、Doxcam

Sai: Ngoenzneix mbwn ronghgvengq,
Seiqलग्ग gig cingsangj;
Ok rog bae youzlangh,
Sim vuen angq dangqmaz.
男: 今日天晴朗, 四处都清爽;
外出去玩耍, 心无比欢畅。
Dangqnaj daeuj boux vunz,
Doxfungz cix baez cam;
Gaenq byaij ndaej doxnyangz,
Sawq cazdamq mbat ndeu.
前面来个人, 相逢就一问;
已经能相遇, 试向她地探询。

Daeuj roeb nuengx byaij loh,
Gou mbouj rox cix caz;
Cam mwngz coenz ndeu ga,
Bae youzyaz gizlawz?
遇妹路上赶, 不知才试探;
就问你一句, 到哪去游玩?

Mbwk: Gou dangq roeg laj rongz,
Beix dongx caemh wngdang;
Swnh couh hong hoengqhanz,
Bae yaep mbanj yaep haw.
女: 我似鸟笼藏, 招呼也应当;
趁农闲时节, 巡村赶圩场。

Sai: Caen dinglingz dahraix,
Byaij okdaeuj youzyaz;
Mboujliuh raeb mwngz ga,
Raen naj baenzlai ndei.
男: 实在是巧遇, 走出游玩去;
不料碰上妹, 相貌好靓丽。

Mbwk: Bae yaep haw yaep mbanj,
Youh caiq yangz mwngz beix;
Gag sijsaeq baez ngeix,
Miz fukheiq baenzyung.
女: 走寨且赶圩, 又逢大哥你;
自仔细一想, 有太多福气。

Sai: Daenj buhvaq habndang,
Vunz cam cungj mbouj gaeuj;
Veq naj caiq goemz gyaеuj,
Lumj gou daekcoih de.
男: 衣合身潇洒, 人问都不答;

转脸又低头, 似我得罪她。

Mbwk: Beix buh cix raizva,
Caiq daenj vaq seicouz;
Daenj haiznaeng ndaeng-
ngaeu,
Bae youz gizlawz dauq
女: 哥穿花衣服, 再着丝绸裤;
配弯头皮鞋, 游玩到何处?

Sai: Gag ngeix caen dinglingz,
Lumj caemh mingh caemh seiz;
Dingq coenz vah mwngz neix,
Ndaej geizheih baenzlai.
男: 自思似天定, 如同时共命;
听你这句话, 觉得好奇惊。

Mbwk: Beix daj mwnq lawz ma,
Daj nga lawz gvaqdaeuj;
Baekging rox Guengjcou,
Daengz maeuq neix gangjriu.
女: 哥来自何寨, 从哪里过来;
北京或广州, 到此笑颜开。

Sai: Daj hawlamh gvaqma,
Daj goxbya okdaeuj;
Faenh mwngz ni baengzyoux,
Cix youq maeuqlawz de?
男: 自绑圩返屋, 从山坳走出;
你呢好朋友, 在何地居住?

Mbwk: Faenh nuengx youq Hawek,
Caeuq beix doxdep mbanj;
Bae cunzyouz Hawlamh,

Lij doxnyangz buenq roen.

女: 我在坵圩住, 哥村邻近处;
去绑圩巡游, 曾相遇半路。

Sai: Fwngzswix gaem liengjva,
Mbiengjgvaz aemq aendaeh;
Yietbaeg gonq ha daez,
Byaij roen gyaе dwgrengz.
男: 左手花伞开, 右边挎个袋;
歇息吧伙伴, 赶路会累坏。

Mbwk: Byaij song sam bouq roen,
Buenq ngoenz cij daengz neix;
Simsaeh mwngz daegbeix,
Youh ndaej ndei baenzlai!
女: 走两三塘路, 半天才赶到;
大哥你心情, 怎能这么好!
注: bouq即“塘”, 十里为一塘

Sai: Gag boux youq gag mbanj,
Caemh hojnanz doxraen;
Bya gak duz gag vaengz,
Nanz guhcaemz gangjriu.
男: 人各在一村, 难以见到人;
鱼各在一潭, 难同乐相跟。

Mbwk: Suenq ngoenzneix dinglingz,
Ndek rin dawz cijguenq;
Mingh ok gap beixnuengx,
Mbouj doxduenq cungj nyangz.
女: 今天运气对, 扔石中罐嘴;
命定交朋友, 不约也相会。
(caengz sat)

Seizdoeng Naek Youq Bouj Mak 冬季重在补肾

Daj laebdoeng hainduj, ginggvaq siujsiet、daihsiet、doengceiq、siujhanz、daihhanz, cigdaengz ngoenz laebcin gaxgonq cungj suenq dwg seizdoeng.

Seizdoeng mbwn nityuyu, ndang vunz sup haeuj caeuq baiz ok gemjmenh, yienznaeuz ndaej rom rengzndang, danhseih rengz dingj bingh cix doekdaemq lo. Ciuq mizgven soqgawq dungigi ndaej rox, aen geiqciet neix lajbiengz dingzlai digih vunz sim miz bingh uk miz bingh sailwed miz bingh caeuq huhgizdau baenzbingh ceiq lai, dai hix ceiq lai.

Cunghyih nyinhnaeuz, seizdoeng fanh faed ndoj youq, swyenzgai yaem hoengh yiengz nyieg, gak cungj doihduz caeuq doenghgo cungj ndojhai heiqliengz caj seizcin daeuj daengz. Ndigah, seizdoeng ciengx ndang aeu naek yo yaem hoh yiengz. Caenhlhengh ninz caeux hwnq gvaiz, baujciz yietnaiq seizgan gaeuq, hawj

eiqceiq caemcingx, heiqliengz ndang vunz mbouj deng gauxca; genheiz habdangq lienhndang, lienhndang le gibseiz uet hanh hawq; haeujsim raeblaeng bauj raeuj, bouxlaux、lwngyez caeuq boux ndang hawnyieg engq aeu haeujsim dingj nit bauj raeuj.

Seizdoeng dwg aen geiqciet ndei gwn bouj ndeu, danhseih gwn bouj aeu swnh de swhyienz, haeujsim ciengx heiqliengz. Seizdoeng aeu lai gwn di gijgwn raeuj ndat ndeu, yienghneix cij ndaej hawj aenndang lai dingj ndaej nit. Nohma caeuq nohyiengz ceiq hab bouxlaux gwn bouj. Linghvaih, Haetnaengz hwnqmbonq le aeu gwn boi laeujyinzsinh iq ndeu, yienghneix ndaej re rumz dingj nit、vued lwed. Ronq nohvaiz baenz gaiq iq, gya di laeujhenj、coeng、hing ndeu dwk gumeng aeuq naemz gwn dang caeuq noh, ndaej ik heiqliengz hohhawq、nyinh ciengx beizqheiq.

Seizdoeng Ciengx Nandang Geih Hanh Lae Hanh Roenx 冬季养生忌出大汗

Ok hanh daiq lai rox sied heiqliengz, hix rox sieng daengz raemx ndang sonjhaih sim lwed. Ndigah, seizdoeng lienhndang geih hanh lae hanh roenx.

It fuengmienh, mwh ok hanh seiz conghbwn mbehai, sigin couh ciemq haeuj ndang vunz bae yinxhwnj baenzbingh; lingh fuengmienh, seizdoeng mbwn nit, baez ok hanh le, ndang vunz bungz daengz rumznit couh yungzheih baenz dwgliengz.

Daegbied dwg bouxlaux, seizdoeng engq aeu mienx deng hanh lae hanh roenx, neix dwg aenvih gojnwngz rox yaеuhfat baenz simlwd saetciengz caeuq hezyaz doek-daemq.

Yindung gaej daiq haenq, gamj-daengz aenndang loq ndat di couh ngamj. Swiq sanghnaz roxnaeuz cimq raemxmboq raeuj aeu haeujsim gaem ndei seizgan, itbuen cimq 15 faen cung baedauq,

Seizdoeng Hab Ninz Caeux Hwnq Gvaiz 冬季适合早睡早起

Daj ciuhgeq gvaqdaeuj, seizdoeng ciengx ndang couh deng vunzraeuz yawjnaek lo. Habdangq ninz caeux dwg aen gvanhgen baujcwnq ninz gaeuq ndeu. Neix doiq boux gyanghaemh hai ci、boux gyanghaemh gyaban、boux gyanghaemh dwkbej roxnaeuz hwnjmuengx loengh youzheiq haenx daeuj gangj, cibfaen miz bizyau bw. Ninz caeux doiq raeuz ndojhai gyanghaemh baeg gvaqbouh cauhbaenz menjyiz goengnaengz doekdaemq, roxnaeuz doiq yinxhwnj baenz binghsailwed sim uk、sengmingh miz yungyiemj daeuj gangj, cungj miz daegbied cigziz yiyi.

Habdangq ninz gvaiz, dwg naeuz ranz caengz rongh couh gaej cacoemj hwnqdaeuj; daegbied dwg daengngoенz caengz okdaeuj seiz gaej bae ndaw suen goek faex lienhndang. Aenvih daengngoенz caengz okdaeuj gaxgonq, ndit lij youq laj dibingzsen caengz swng hwnjdaeuj, doenghgo ndaw doengh caengz guh gvanghgo cozyung supsou wyangjvadan caemhcaiqliengz cuengq yangjgi okdaeuj; mbwn caengz rongh seiz dagicwngz gezgou lij onjdingh, wyangjvadan daengj doxgaiqliengz uqlah ndaw hoengheiq comzrom hwnzngoенz ndeu le, haetcaeux mwi naek mok na, hoengheiq cizlieng yaez, raeuz okbae yindung seiz yungzheih deng heiqliengz、heiqmok caeuq heiqliengz sienghah.

Danhseih hab-dangq ninz gvaiz, bingq mbouj dwg naeuz hawj mwngz gyanghaet iet-nonx ninz gvaiz mbouj hwnq. Ninz daiq gvaiz caeuq ninz mbouj gaeuq, cungj rox yinx-hwnj cingsaenz caeuq ndang vunz naetnaiqliengz, cungj rox yinxhwnj bouxvunz baizok goengnaengz doek-daemq le sienghah daengz aenndang boux-vunz.



raemxraeuj aeu gamhanh youq 40 doh dauqlaj.