

Fwen Guhyoux Conzdungj Bouxcuengh

壮族传统对唱恋歌

□ 关仕京 搜集翻译

(接上期)

Sai: Gyaez meh sam faen gaeuj,
Gyaez nuengx gouj faen cingz;
Ndaej caeuq naengh doxing,
Youq aensim cij cih.

男: 爱娘三分见, 爱妹九分情;
能与妹靠背, 阿哥心才定

Mbwk: Mwngz gyaez doma beix,
Faenhgou ngeix gya lai;
Dangq Sanbek Ingdaiz,
Gyaez dai doxcaemh moh.
女: 不仅哥眷恋, 我更加思念;
像山伯英台, 死后共墓连。

Sai: Gyaez nuengx dangq diuzbuh,
Mbouj rox mbwq saekseiz;
Yawj haeuj laeng mwngz bae,
Cungj mbouj ngeix bouxwnq.
男: 爱妹像穿衣, 哪时都不怨;
看上阿妹你, 不再有别恋。

Mbwk: Ciuq mwngz gyaez gou beix,
Dangq mbawcej baenz na;
Faenhnuengx gyaez mwngz ga,
Lumj goengqbya baenz naek.
女: 哥爱我情感, 厚度如纸张;
妹爱你情意, 重量胜大山。

Sai: Bak gangj cix ciuq sim,
Caen gim mbouj bienq gyaj;
Gyaez mwngz lai nuengx ha,

Siengj caemh gya ndeu youq.

男: 嘴说心里话, 真金不变假;
珍爱你阿妹, 想同住一家。

Mbwk: Ciuq gij gyaez gou ni,
Mbouj nyienh liz saek yamq;
Liz yamq dangq liz bi,
Caen mbouj sij biek beix.
女: 依照我爱意, 一步不愿离;
离日如隔年, 不舍别哥去。

Sai: Gyaez ha gyaez,
Gyaez dangq sae nem vanj;
Gyaez bohmeb ndaej gangj,
Gyaez nuengx langh simdaeuz.
男: 爱呀爱, 爱似螺黏碗;
爱父母可说, 爱妹藏心坎。

Mbwk: Gyaez ha gyaez,
Gyaez dangq sae nem bat;
Gyaez bohmeb gyaez bak,
Gyaez beix gat saihoz.
女: 爱呀爱, 爱如螺黏盘;
爱爹娘嘴说, 爱哥断心肝。

Sai: Gou gyaez mwngz lailai,
Gwn ngaiz mbouj daengz laj;
Gyaez mwngz lai nuengx ga,
Gangjvah mbouj baenz coenz.
男: 爱你情依依, 饭咽不下去;
太爱你呀妹, 我话不成句。

Mbwk: Gyaez beix lai aek in,

Ngeix lai sim cix vaih;

Seiq you seiq doeknaiq,
Daiq byaij cungj ndi baenz.
女: 太爱哥胸痛, 想多心也疼;
越忧越消极, 路也走不成。

Sai: Gou gyaez mwngz lailai,
Hix byaij ndang hix saenz;
Ngoenz sied buenq sied gaen,
Nuengx ngeix daengz loma?
男: 我爱你深厚, 越走身越抖;
日瘦斤几两, 妹想到与否?

Mbwk: Mwngz gyaez gou maz beix,
Gou ngeix mwngz gya lai;
Lij lix caemh dangq dai,
Siuj seihaiz caengz naeuh.
女: 不仅哥爱我, 我想你更多;
生着如同死, 剩尸骨苟活。

Sai: Gyaez mwngz lai ga doengz,
Ngoenz lawz ngoenz mbouj un?
Duznyanh mbin gvaq gwnz,
Ngeixnaeuz lwnz daeuj cimh.
男: 太爱慕朋友, 哪天不念到?
大雁飞过天, 以为妹来找。

Mbwk: Gyaez mwngz lai ga gim,
Gau roengz ninz hix siengj;
Haet hwnq doengfueng iengj,
Yawj gvaq mbiengj mwngz bae.
女: 太爱你呀金, 睡下也思念;

早起东方白, 总望你那边。

Sai: Gyaez mwngz lai nuengx ha,
Laep da cix raen ingj,
Siengj ok hwnz bae cimh,
Cix lau mingh mbouj lw.

男: 爱妹太挂心, 闭眼就见影;
想夜间去访, 又怕不合命。

Mbwk: Beix gyaez nuengx caemh
gyaez,
Dangq maesei it saek;
Mwngz naek gou caemh naek,
Dangq lwggaet laj hoz.
女: 哥恋妹也恋, 像同色丝线;
你爱我也爱, 脖下衣扣连。

Sai: Ciuq song raeuz doxgyaez,
Ra gaiq beij mbouj raen;
Gyaez mwngz dangq mak aen,
Fwngz gaem mbouj gyaez cuengq.
男: 咱俩爱得狂, 啥都比不上;
爱你如饕果, 手握紧不放。

Mbwk: Youq ngoenzngoenz cungj
dwen,
Ndwennndwen gou cungj siengj;
Muengh miz ngoenz doxbuenx,
Caiq doxvuenh simdaeuz.
女: 天天在恭候, 月月我想友;
盼有相伴日, 再互换心头。
(caengz sat)



Baenzlawz Gwn Yw-do Cij Mbouj Haemz

中药怎么喝才不苦

Duenh vuengzgim seizgan gwn yw. Yenzgiu ndaej rox, ndang vunz ngoenz ndeu gwn yw vuengzgim seizgan dwg gyanghaet 8 daengz 10 diemj、lajbyonghngoenz 2 daengz 3 diemj. Gwn haeux sat buenq diemj cung doxhwnj gwn yw mboujdanh ndaej fuengz rub myaiz、dungx fanjvei, caemhcaiq mbouj gamjdaengz feih yw haemz dem.

Langh liengz caiq gwn. Dohraeuj ywdoj gamhanh youq 15 daengz 36 doh dauqndaw, baez gwn couh mbouj gamjdaengz haemz lo.

Ndwnj vaiq di. Sizcenj cwnghmingz, ywdoj louz youq ndaw bak seizgan yied nanz, couh rox gamjdaengz yied haemz, ndigah aeu vaiq di ndwnj roengz dungx.

Habdangq lai gwn raemxgoenj raeuj. Aenvih gwn yw le, lij mizmbangj yw louz youq ndaw bak, baez gwn raemxgoenj raeuj couh gig vaiq cung feih haemz yw roengzbae lo.

Vahsug naeuz: “Yw ndei feih haemz ndei yw bingh”, gij yw cangq ndang couh dwg yungh gij haemz de daeuj dabdaengz ywbingh yaugoj lo, ndigah, raeuz gaej you naeuz feih haemz couh dingz mbouj gwn yw, wnggai ciuqei canghyw daengqnai bae gwn yw cijndaej.

Banjdaeuz Ndei Seizhah Siu Hwngq

夏季解暑小妙招

1、Gwn siuj gwn lai donq: Donq haeux ndeu gwn daiq lai, vih siuhauq gijgwn neix, aenndang canjseng ndat couh yied lai, ndigah wnggai gwn siuj gwn lai donq.

2、Gwn gijgwn manh: Canghyw nyinh-naeuz, gijgwn manh ndaej gig conghbak supsou ndat, hawj lwed lae baedauq ndei, yienghneix couh daihliengh ok hanh, ndaej bang gyangqdaemq ndangraeuj.

3、Yungh raemxraeuj caemxndang: Yaek ninz gaxgonq yungh 37 doh dauqlaj raemxraeuj daeuj caemxndang roxnaeuz rwed ndang.

4、Lai gwn raemx: Siuj gwn laeuj lai gwn raemx, aenvih ciujcingh gojnwngz rox hawj aenndang sied raemx, ndaej gwn di gvangcenzsuij roxnaeuz gisuij dangz noix ndeu daeuj siu hwngq.

5、Gaej yindung haenq lai: Yindung haenq seiz ndaej gig vued naengzliengh aen-ndang, hawj ndaw ndang engq ndat.

6、Yungh daehnae gyoet baeng: Daeh-nae gyoet baeng naengnoh ndaej gyangq-daemq dohraeuj naengnoh.

7、Senj ndei gyauejswiz: Gyauejswiz aeu bwnnyungz guh sim, aensup gyauejswiz cei q ndei aeu faiq daeuj guh.

8、Gwn cazvagut: Cazvagut ndaej gyangq raeuj singj uk.

9、Aeu raemxliengz cung oengjfwngz: Moix gek geij diemj cung yungh raemxliengz cung swiq oengjfwngz 5 miux cung, aenvih oengjfwngz dwg giz doenghmeg lae gvaq gizde, yienghneix ndaej gyangqdaemq gij dohraeuj lwed.

Seizhah Noh Ceiqndei——Nohbit

夏季最佳肉食——鸭肉

Nohbit mboujdanh hamz miz danbwzciz cungj yangjliu neix, lij ndaej yawhfuengz bingh dem. Nohbit singq caepliengz, daegbied hab boux ndaw ndat、boux hwnjhuj gwn. Nohbit caeuj hojduij、haijsinh caez aeu gwn, ndaej bouj gij yaem dungxsaej bwtdaep; nohbit caeuj haeuxcid caez cawj cuk



gwn, ndaej ciengx dungx、bouj lwed、seng raemx, boux bingh

le ndang haw gwn daih miz ndeicawq; nohbit caeuq haij-dai caez aeuq gwn, ndaej hawj sailwed unq、gyangqdaemq hezyaz, ndaej fuengzceih doenghmeg giet ndongj、fuengzceih hezyaz sang、fuengzceih binghsimdaeuz; nohbit caeuq rangz caez aeuq gwn, ndaej yw baezhangx ok lwed.