

Fwen Guhyoux Conzdungj Bouxcuengh

壮族传统对唱恋歌

□ 关仕京 搜集翻译

(接上期)

Sai: Caiq daengq coenz daihbet,
Dangq reih net raen fwn;
Cienz dienyah cungqvunz,
Gou dem mwngz caezsim.
男:再唱第八句, 硬地逢雨淋;
全天下众人, 你我一条心。

Mbwk: Gou daengq coenz daihgouj,
Song raeuz miz aencingz;
Caez gaem siuq conx rin,
Canj ndaej bingz menh youq.
女:我唱第九句, 咱俩有姻缘;
同拿凿铲石, 铲平再休闲。

Sai: Daengq nuengx coenz daihgouj,
Caez gaej you baenaj;
Song raeuz aencingz na,
Dangq diuzdah baenz raez.
男:唱妹第九句, 先别忧前方;
咱俩情意深, 像河那么长。

Mbwk: Sat daengq coenz daihcib,

Caen hojsik lailai;
Beijbaenz cwz rox vaiz,
Cungj wnggai caemh riengh.
女:最后第十句, 实在太可惜;
如黄牛水牛, 应住一栏里。

Sai: Sat daengq coenz daihcib,
Gaej doxvit cij baenz;
Muengh miz ngoenz doxgaen,
Byaij henz daemz wenqwenq.
男:最后第十句, 不要相抛弃;
盼有相随日, 塘边相嬉戏。

Mbwk: Gou goj naeuz baenzneix,
Caih mwngz ngeix lo lwnz;
Dangh bienq sim gaen vunz,
Youzcaih mwngz lo nw.
女:我就这么说, 由君去思索;
若变心跟人, 任意你去做。

Sai: Aeu song raeuz sim cingq,
Dingh mboujmiz lai yiengh;
Bouxlawz cungj mbouj siengj,

Caenh muengh mwngz lo doengz.
男:只要咱心正, 就不惹事生;
不再去想谁, 就盼和你逢。

Mbwk: Daengngoenz doek roengz bya,
Mbouj vah lo lauxbiuj;
Hanz gangj hix mbouj liux,
Hanz diuh hix mbouj caez.
女:太阳山谷掉, 不说了老表;
再讲也不完, 再述也不了。

Sai: Hix caengz suenq daiq haemh,
Gaenj gijmaz baenzlai;
Faenhgou lij lamh vaiz,
Youq gwnz baih dingj ndoi.
男:还不算太晚, 先别太急忙;
我还要拴牛, 在对面坡上。

Mbwk:Daengngoenz couh doek congh,
Mbouj rongh geijlai nanz;
Faenfwngz lo doengzban,
Hoengqhanz menh dauq daeuj.
女:太阳快落山, 日光就要完;

分手吧老同, 有空再叙谈。

Sai: Duenq ndei liux cij daeuj,
Mbouj ndaej youq daengz haemh;
Ngoenzneix cungj ndi baenz,
Ngoenzlaeng gya hoj muengh.
男:相约好才来, 却不能多谈;
今天没说成, 日后就更难。

Mbwk: Daengngoenz doek roengz
congh,
Mbouj rongh geijlai seiz;
Daengngoenz couh roengzbae,
Sat coenz neix lo ba!
女:太阳洞里落, 光亮已不多;
太阳快下去, 这句结束啰!

Sai: Song raeuz biek baema,
Miz vah daengq hix daeuj;
Geiq cingq dwk baengzyoux,
Dauq daeuj neix doxraen.
男:咱辞别回寨, 接到话就来;
牢记吧朋友, 再到此抒怀。

(sat)

Mehdaiqndang Dungxsiq Haeujsim Saehhangh

孕妇腹泻注意事项

Mehdaiqndang dungxsiq dwg aen saenqhauh yungyiemj ndeu, ciengeiz mbouj ndaej raegrwz bw. Daiqndang geizgan ciengz baenz dungxsiq, danghnaeuz mbouj gibseiz gwn yw, mboujdanh yingjyangj supsou yingzyangj doxgaiq, caemhcai qojnwngz rox yinxfat baenz rongzva sousuk cauhaenz lonlgw dem.

Mehmbwk daiqndang le aeu gibseiz bouj gwn raemx, lai gwn haeuxcuk caeuq raemxdang daeuj bouj aenvih dungxsiq sied bae gij raemx haenx. Doengzseiz hix aeu gwn di gaudiemj he daeuj demgya gij ndat caeuq daezsang rengzndang.

Mehdaiqndang baenz dungxsiq le yungh yw aeu daegbied siujsim, cawz miz mbouj ndei fanjying le, mbangj yw lij rox hawj lwg-ndawdungx bienqhingz dem.

Mehdaiqndang aeu siujsim yungh yw gangswnghsu. Anhghiganh、vangzanh、gveiznoz-dungz、swvanzs、gyazsiuhco、bingduzco daengj yw doiq yw dungxsiq miz yaugoj, hoeng, de rox



hawj lwgndawdungx bienqhingz, ndigah mbouj ndaej gwn.

Itbuen daeuj gangj, ndaej gwn hungz-meizsu、anhbenj cinghmeizsu, song cungj yw neix doiq mehdaiqndang caeuq lwgndawdungx mboujmiz yingjyangj.

Danghnaeuz gwn song cungj yw neix lij caengz raen ndei, aeu bae yihyen genjcaz conghsaej roxnaeuz guh veiging genjcaz cij ndaej.

Haj Fap Siu Humz Nyungz Haeb

蚊虫叮咬五招快速止痒

Aeu naeng sae' gva fanfoek cat gizde, couh ndaej siu humz.

Aeu di hozyangh cwnnggisuij ndeu led gizde, gvaq buenq diemj cung le giz deng haeb couh cugciemh siu humz roxnaeuz mbouj humz lo.

Nyaenj di yazgauh ndeu roxnaeuz aeu di mbaw byaekhomnyaueuq he daem yungz baeng gizde, sikhaek liengzsangj mbouj humz.

Aeu naed daengz song naed ahswhbizlinz ngenz mwnh, yungh raemxgyoet heuz baenz giengh led gizde, ndaej gemj-mbaeu roxnaeuz siucawz humz-haenz.

Aeu
bwx
haeuxcuk
led gizde,
caemh ndaej siu
humz.



Seizhah Baenzlawz Gwn Yw Hezyaz Sang

夏季咋应对高血压

Seizhah aenvih mbwn ndat, sailwed bouxvunz daengx ndang mbehai, youh yungzheih ok hanh, ndigah, gij hezyaz boux baenz hezyaz sang rox miz di doekdaemq, daihgaiq doekdaemq 12/8 hauzmij gungcu. Haujlai vunzbingh couh gag nyinh-naeuz hezyaz seizhah gig ancienz cix dingz mbouj gwn yw.

Danhseih conghyah daezsingj naeuz, gag dingz mbouj gwn yw

cibfaen loengloek. Yienznaeuz hezyaz youq seizhah miz di doekdaemq, danhseih seizhah hix dwg aen geiqciet hezyaz yungzheih fufeb ndawde aen ndeu, gij yungyiemj yinhstu de mbouj rox gag siu bae, ciengeiz raegrwz mbouj ndaej. Seizhah mbwn ndat ok hanh lai, lwed niu lwed gwd, lwed lae gemjmenh, hezyaz raemhrwnh doekdaemq, yungzheih baenz uk noix lwed

mauhfung. Ndigah, siengj aeu baujciz hezyaz onjdingh, couh aeu youq sinhhezgvanj conghyah yinjdauj lajde, habliengh gemj gwn di yw he. Doengzseiz lij aeu haeujsim gyangq ndat siu hwngq, lai gwn raemx, ciengzseiz gamcaek hezyaz, dangh-naeuz hwnzngoenz raen miz fufeb mboujmiz gvild, aeu gibseiz bae yihyen hawj canghyw duenq yw cij ndaej.