



原文 (Hoh saw daj 《Mungswj·Gauswj Laj》 aeu):

故天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能。

译文:

Ndigah aen mbwn yaek dawz rapnaek cuengq hawj boux vunz neix, itdingh sien hawj aen sim de souh haemzhoj, goetyiet de naetnaiq, hawj ndangnoh de roxnyinh iekgaet, ndangdaej gungzndoq, vanzlij hawj de guh gijmaz saeh cungj mbouj rim' eiq. Yienghneix cij saenqdoengh aen sim de, hawj de guh saeh miz naihsim, demgya bonjsaeh de.

(平果市 *Yiz Ciz*/余 执)

Vihneix mbwn yaek hawj boux ndeu rapnaek, itdingh haemz sim de gonq, gwn rengz de gonq, iek dungx de gonq, gaetciemh ndang de gonq, hawj de guh yiengh lawz cungj luenhnyaengnyaeng. Lienh sim de nyaenx heiq baenzneix, dwk daengz yiengh mbouj rox cix rox bae.

(天峨县 *Yaz Veijbungz*/牙伟鹏)

Sojyij mehmbwn yaek doek rapnaek youq gwnzndang moux vunz, itdingh senq hawj de simnyap duenjsengz, hawj de ndangndok baeg, geb dungx ngaiz iek, gwndaenj haemzhoj, guh gijmaz cungj daemdaem dengjdengj. Aeu gizneix daeuj gik simceiq de, hawj singcingz de giendingh hozraez, demgya gij naengzlig bonj-faenh mbouj miz haenx.

(隆林各族自治县 *Vangz Yenfeih*/黄艳飞)

Yienghde goengmbwn yaek hawj boux de dang rapnaek, couh sien hawj de simnyap ndang naiq, dungx deng iek, ranz deng hoj, gaiqgaiq mbouj denghoz gonq, aeu yienghneix coengh de sim doengh sim nyangq, gya lai gij bonjsaeh mbouj miz gvaq haenx.

(武鸣区 *Mwiraiz*/霜 露)

Mbwn cuengq boux guenj biengz, sien muzlienhe goetyied.

Ninz ndawnae gwn siet, iek donh dai donh leix.

Bouxvunz mbouj souhnanh, byawz ndaej baenz vunzgvig.

Okseiq yaek souhheiq, cij rox ngeix guh vunz.

Daengzcog ndaej baenz guen, cien vih lauxbeksingq.

Saedceij ndaej vuenyungz, lwgminz bouxboux gyaenz.

(都安瑶族自治县 *Lanz Gozvuj*/蓝国武)

Ndigah aen mbwn yaek hawj boux vunz neix dang guen hung vih vunzlai, itdingh hawj de bungz gij saehcingz simnyap fanz ukgyaeuj gonq, guh ndaej ndang naet ndang in nginz caeugaen ndok nanq liux, cix ngaiz nit ngaiz iek, hawj de hoj dwk faen ngaenz ndeu dek baenz song faen yungh, guh saeh dauqdingq loekloeng mbouj swnh. Ginggvaq gijneix, saenqdoengh ndawsim de, muzlienhe de, hawj singgwz de giendingh hwnjdaej, daezsang caizganq de.

(平果市 *Liengz Ginhhaij*/梁金海)

Saeh hung mbwn anbaiz,
Hawj vunz ngaiz haemzhoj,
Sai doh daengx ndang rengz,
Hawj daemdengj gwnzbiengz,
Cengqgengz dingj gvaqdaej,
Guh ndaej laeuh (daengz) cix baenz.

(良庆区 *Cungh Swmingz*/钟自鸣)

Ndigah goengmbwn yaek dawz aen hongnaek he gyau hawj boux vunz he guh, itdingh sien hawj aen sim de dwgrendz, ndangdaej de naetnaiq, hawj de noix gwn ngaiz iek, youh hojndoq, caiqlix hawj de guh maz saeh cungj mbouj swnhsim, yienghneix couh daenhdoengh daengz aen sim de, hawj de bienq giengiangz, guh vunz guh saeh cix engq maenh engq ak.

(平果市 *Danz Hijvah*/谭喜花)