

གཏམ་དཔེ་མེད་ལའང་དགའ། ཇ་མཚོ་མེད་འཕུང་དགའ། Közmondás nélkül a tanítást nehéz

megérteni, só nélkül a teát nehéz meginni.

„A tágan értelmezett szóláshagyomány darabjait proverbiumoknak nevezzük. Ide tartozik minden olyan alkotás, amely egy találó kifejezésnél vagy mondatnál nem tartalmaz többet, és e kereteken belül kifejezi a maga mondanivalóját.”¹ „Nem tudjuk kellő érvvel bizonyítani, hogy az emberi társadalom életének melyik fejlődési fokán jelentek meg először”.² Ismerünk már a sumér néptől is az ókorból, s minden fejlettebb írással rendelkező néptől ezt követően.

A tibetiek nagyon szeretik magukat közmondásokban kifejezni, akár buddhista tanítások, akár kötetlen beszélgetések alkalmával. Jelenleg a gyűjteményem körülbelül 36-40 ezerre tehető, a különbség a variánsokból adódik. Ez viszont még korántsem teljes.

Az első tibeti király, Szongcen Gampo (*srong bcan sgam po*, Kr.u. 605-649) erős kézzel építette ki a központosított hatalmat a tibeti törzsek legyőzése és egyesítése után. A hagyományos sámánisztikus és bön (*bon*) vallás mellett a már korábban megjelent buddhista vallás mélyebb megismerése és elterjesztése érdekében tudósokat küldött Indiába, hogy tanulmányozzák a páli és szanszkrit nyelvtant, s onnan hazatérve megalkossák a tibeti ábécét és írást. Ezután óriási fordítási munkába kezdtek, de a buddhista szent szövegek mellett hamarosan megjelentek más természetű és műfajú feljegyzések is. Történeti szövegek, hivatalos állami feljegyzések, mesék, dalok, találósok és közmondások is.

Gyűjtemények

Az első ismert feljegyzés, a *Szumpa anya mondásai*, egy mindössze egy oldalas gyűjtemény, a tunhuangi barlangból került elő, a Stein Aurél gyűjteményében található.³ A szöveg valószínűleg a 8. században lett lejegyezve, természetesen ótibeti nyelvtani és szóhasználatbeli jegyeket lehet felfedezni benne. Ez a kis lista 39 sorban 76 proverbiumot, bölcs tanácsot tartalmaz. Először ezt Thomas F. W. tette közzé könyvében,⁴ fordítással is ellátva. (a lista 102-114. számú proverbiumai)

Mivel a tibetiek rendkívül kedvelik a közmondásokat, jellemző hogy a buddhista tanításokat is proverbiumokkal tették – és teszik napjainkban is – érthetőbbé.

Ahogy a buddhista tanítások magyarázata esetében, úgy a gyerekek kolostori oktatásában, nevelésében is alkalmazták a közmondásokat. Sőt a tibeti gyerekeknek készített olvasókönyvek is tartalmazzák a legismertebb közmondásokat; a Dharamsalában élő menekült gyerekek olvasókönyvében számszerűleg negyvenhármát.⁵

Az oktatás nem volt elérhető mindenki számára, csak a kolostorokban lehetett írni és olvasni tanulni a szerzeteseknek és szerzetesnőknek, akár gyerekkoruktól. Ugyanakkor a lakosság nagy része analfabéta volt, így szóbeli átadással őrizték meg napjainkig a különböző folklór műfajokat.

¹ Voigt V. 1998. 304.

² Voigt V. 1998. 304.

³ Lásd kép, India Office Library: Stein Aurél Gyűjteményben.

⁴ Thomas, F. W. 1957.

⁵ 4. és 5. osztályos olvasókönyv. 1989.

Közmondások, szólások tudatos gyűjtése nem létezett Tibetben, nem is volt ilyen kiadvány egészen a múlt század második feléig, amikor Gergan ezer proverbiumot tett közkinccsé magyarázatokkal ellátva a saját gyűjtéséből 1976-ban.⁶ A szerző az adatokat Ladakh, Spiti és Lahaul területén gyűjtötte. A népek együtt és egymás mellett élése következtében számos kasmíri, hindusztáni, turk és angol szó olvadt be a proverbiumokba, helyenként a tibeti szavak helyett. Pl. 5. sorszámú (az isten tibetiül *lha*, de itt a *kho da* szót használják, ami az angol *God* szó tibeti átírásában). (a lista 1-101. számú proverbiumai)

Létezett több bölcs mondások könyve is, de ezeknek ismerjük a szerzőit, tehát nem proverbiumgyűjtemények, noha jó pár bölcsesség átment a folklórbá is belőlük és közmondásként használják azokat. Az egyik legismertebb ilyen könyvnek a szerzője Szakja Pandita (*sa skya pandita*, Kr.u. 1182-1251), Tibet egyik méltán híres, bölcs lámája.⁷ (a lista 124-126. számú proverbiumai)

A másik nagy spirituális tanítótól, Milarepától (*mi la ras pa*, Kr.u. 1052?- 1135) is számos idézet változott közmondássá az idők folyamán. (123. a listán)

Gergan gyűjteményét követően, bár néhány évtizednyi különbséggel, több különböző közmondásgyűjtemény is jelent meg Tibet egyes régióiból. Meg kell azonban jegyezni, hogy sem a tibeti tudósok, sem a tibetológusok nincsenek könnyű helyzetben több szempontból sem, ha gyűjteni szeretnének. Problémát okoz, hogy nagy különbségek vannak az egyes nyelvi dialektusok között, de a jelenlegi politika sem kedvez a gyűjtőmunkának. Ennek ellenére érdekes gyűjtemények láttak napvilágot. Mindenképpen meg kell említeni a Közép-Ázsiában a tibetiek, de a mongolok, a burjátok és a kínaiak körében is nagyon kedvelt és jól ismert hatalmas eposzt, a Geszar⁸ király történetét. A Xiningben működő Geszar Kutatóintézetben végeznek különböző vizsgálatokat a már lejegyzett szövegeken. Ennek eredményeképpen megjelent egy 1287 proverbiumot tartalmazó könyv, amit az eposzból gyűjtöttek ki.⁹ A gyűjtemény is ugyanúgy van fejezetekre tagolva, ahogy az eposz (18 alcím alá van rendezve, úgymint például: Geszar születése, Lóverseny, Házasságkötés, stb.). (115-122. számú proverbiumok a listán)

1999-ben megjelent még egy másik nagyon érdekes könyv is, ami tulajdonképpen egy tibeti-kínai proverbium-értelmező szótár. Ez mintegy 10743 adatot tartalmaz rövid magyarázattal. Mindkét nyelven tartozik hozzá egy tartalomjegyzék, ami ebben az esetben mint index is használható.¹⁰

Az Amdo területén nomád életet folytató golog nép folklórjáról 2007-ben publikáltak egy, a különböző folklór műfajokat bemutató könyvet, ebben is több témát is átszöve találhatunk több mint száz proverbiumot.¹¹

Jelent meg proverbium gyűjtemény a Khampa területről is; az itt élők Tibet keleti területén **nomadizálnak**.¹²

Két tibetológus hatalmas kutatómunkája eredményeképpen 1998-ban jelent meg egy 10756 adatot tartalmazó közmondás- és szólásgyűjtemény.¹³ Ugyan a könyvben szereplő

⁶ Rev Gergan, J. 1976.

⁷ Sza-Szakja Pandita 1984.

⁸ Az eposzhős neve a tibeti kiejtés szerint.

⁹ Dolma, S. 1982.

¹⁰ Sangye, P. 1999.

¹¹ Gyatso, S. 2007.

¹² Tashi, R. 1991.

proverbiomokhoz nem adtak fordítást, de egy kiváló indexszel látták el, amivel könnyen lehet keresni az adatok között. A közmondások után mindig jelezték a forrást, illetve ha van, akkor a variánst és annak forrását is. Több közmondásgyűjteményből ezeket a bejegyzéseket magam is bővítettem, egyelőre még csak kéziratban. Mivel az összes adat számozott, ezért az egy-egy közmondásra való hivatkozás e gyűjtemény alapján a következőképpen történik: [Cüppers Sörensen Collection – a proverbium sorszáma a könyvben] pl. [CSC-4691] Még az istenek is félnek az őszinte embertől. (*drang po'i mi la lha yang jigs*). Ezeket jeleztem a listán szereplő proverbiumok után is. Ahol nem szerepel ez a jelzés, az nem található ebben a gyűjteményben.

Kutatás

Sem a tibeti tudósok, sem a tibetológusok nem kutatták még átfogóan a tibeti közmondásokat. Egyelőre még teljes, Tibet egész területéről összegyűjtött proverbium gyűjtemény sincs, bár sok kötet látott már napvilágot. A kiadványok általában a tibeti ábécé szerint vannak rendszerezve, többnyire nincsenek indexszel ellátva, egy pár kivételtől eltekintve csak egynyelvűek. Mindenképpen nehéz bennük keresni konkrét címszavakra illő közmondásokat.

Tibetiül a közmondásra két elnevezést használnak, a tampe (*gtam dpe*) és a khape (*kha dpe*) szavakat. A tampe jelentése szerint közelebb áll a közmondáshoz, míg a khape a szóláshoz. A tibetiek viszont egyáltalán nem tesznek ilyen szigorú különbséget, a terminusokat inkább egymás szinonimájaként használják. Nemcsak az egyszerű hétköznapi emberek, de a tibeti tudósok sem következetesek a terminológia használatában. A proverbiumgyűjtemények címében mindig a tampe kifejezést használják. A fentebb említett ismert szerzőtől szállóigévé vált közmondásokra sincs más kifejezés, de a frázisokra, idiómákra is ugyanezt a terminust alkalmazzák.

1. ཀང་མཐིལ་ལ་ཉི་མ་མི་ཤར། Nem süt a felkelő Nap a talpára.
2. སྲིད་སྤྱད་མི་ལ། འཛོམ་པ་ཤིང་ལ། Boldogság és szenvedés az embernek, tüske a fának.
[CSC-420]
3. ལུགས་གཅིག་ལ་ཤི་ལུགས་རྒྱ། Egy módon születni, száz módon meghalni.
4. བྱ་ཉ་སྤྱུས་ཉིད་ཀར་པོ་མི་ཆ། Ha meg is mosod a varjút, nem lesz fehér.
5. རོ་དྲོ་ལོ་དྲོ་མ་ཟེར། དྲོ་དྲོ་བྱེས། Ne csak mondd: Istenem! Istenem! Hanem cselekedj is!
6. རའི་སང་མིག་ཆེལ། Nagyobb a szája, mint a szeme.

¹³ Cüppers, C. - Sörensen, P. K. 1998.

7. བྱི་ལྗེ་སྒྲན། A kutya nyelve gyógyszer.
8. མཁར་རྒྱུད་དེ་ཁང་པ་དང་། ཇིང་གཡོག་གི་ཞིང་། Ház a várfalon belül, szántó föld a gát alatt.
9. མཁལ་མའི་དོན་ལ་གཡག་གསལ་ཅེས། Megölni egy jakot a veséjéért.
10. ཁ་ཆེ་ལྷོགས་པ་བྱུ་ལོན་པར། Ha a kasmíri ember éhes, eszébe jut az adósa.
11. གོ་བ་མེད་པའི་སྤང་ཆེན་ལ། རྒྱལ་པོའི་བཀའ་བས་དབྱུག་པ་ Hasznosabb a bot a buta ökörnek mint a király parancsa. [CSC-1640]
12. སྒོག་པ་མང་ཟོས་ཉུང་ཟོས་སྒོག་རི་བྲོ། Mindegy, hogy sok vagy kevés fokhagymát evett, fokhagymaszagú.
13. རྒྱལ་པོ་གཉིས་ཡུལ་གཅིག་ནང་མི་ཤོར། Két király egy országba nem való.
14. སྲིད་ཕུ་གསུམ་བྲང་ལ་བྱུག་སྟེ་མ་ནེ་ནང་བཙོ་མི་ཤེས། Míg meg nem égeti magát a három tűzhelykövön, nem tesz a családjáért.
15. མགར་ར་འཐད་ན། ཁབ་སྐྱམ་པའི་མགོ་ལ། Ha a kovács elégedett, a tű a csipesze végén van.
16. མགོ་མེད་དཔུང་པའི་རོག་རོག། Sok durva váll fej nélkül. [CSC-2107]
17. མགོའི་ནང་ང་གསང་འཁྱར་མཁན། Jég van a fejében.
18. གོས་ཆེན་ནི་གྲུར་ལ་པ་རི་ལྷན་པ། Selyemsátoron rongyos folt.
19. ཅི་ལ་སྤྱད་ན། དེ་ལ་མཁལ། Ha gyakorolsz valamit, abban bölcs leszel.
20. ཆག་ཞོ། མ་ཆགས་ད་ར། Köpülöd joghurt, ha nem, író.
21. རྒྱ་མང་པོ་ལ་རབས་མེད། དཔེ་ར་མང་པོ་ལ་རིན་མེད། Nincs gázlója a mély víznek, nincs értelme a sok beszédnek.
22. རྒྱ་སང་སིང་ང། ཉེ་སང་འཇམ་མ། Finomabb a víztől, puhább a haltól.

23. ཚེད་འབྲོང་ཚེ། ལྷ་མེད་ན་བྱིས་མི་ཟ། Ha a vadjak ízetlen, a kutya se eszi meg.
24. ཇོ་ཇོ་འབྲུག་གྲུ་མའི་འཐགས་ཅོགས། Mint Dzsodzso Drugma szövése. (lassan készül)
25. ཉལ་མཁན་ལ་སྐལ་ལ་མེད། ཤི་མཁན་ལ་འགྲོས་མེད། Az alvónak nincs adagja, a halottnak nincs séta.
26. ཉིན་ལ་སློབ་མཁན། མ་ཁྱེན་ལ་རྒྱ་མཁན། Nappal koldus, éjjel tolvaj.
27. ཉ་གཅིག་ལ་སྐྱ་གཉིས། Egy lóra két nyeret. [CSC-4024]
28. ཉ་མེད་དི་ཡུལ་ལ་བོང་བུའི་སང་རག། Ha nincs az országban ló, számárversenyt rendeznek.
29. སློན་ད་ར་བྱི་ལ་མ་བཏང་། Ne adj a kutyának írot össze!
30. གཏམ་མང་འཚོལ་བ་ཡིན། ཟས་མང་སྐྱབ་པ་ཡིན། A sok beszéd zavart kelt, a sok étel hányást okoz.
31. ཐག་རིང་དི་གཉིན་སང། ཉེ་མེདི་དག་རྒྱལ། A messze lévő rokontól jobb a közelben lévő ellenség. [CSC-4368]
32. ད་རུང་བཀ་ཤིས་ལྷན་པོ་གར། Tasilhunpo még mindig messze van!
33. དང་ར་སྐྱོ་མེད། ཡ་ནི་བྱོག་མེད། Istálló ajtó nélkül, nő férj nélkül.
34. དུས་རྒྱུས་མི་འགྱུར། མི་རྒྱུས་འགྱུར། Az idő nem változik, az ember változik.
35. དོ་མ་སློང་ངེས་མ་བསམ་ན། ཀོར་མིག་གིས་མི་མཐོང་། Ha nem gondolkodsz az ovális fejeddal, nem látsz a kerek szemeddel.
36. དང་པོའི་བསྐྱེད་པ་རྒྱས་ཀྱང་མི་འབྱེད། མེས་ཀྱང་མི་འབྱེད། Az igazság nem rombolható le sem vízzel, sem tűzzel.
37. གདོང་འབྲུག་མོ། Kövér arcú.

38. གདོང་ལགས་གྱི་མེ་ཤོར། A szép arcot tűz égette.
39. བདུན་ཚོག། བརྒྱད་ཚོར། དགུར་ལང། A gyerek hét hónaposan felül, nyolc hónaposan mászik, kilenc hónaposan feláll.
40. དུད་པ་ཚན་གྱི་མེ་འོློ་མོ། རུས་པ་ཚན་གྱི་ལ་ཞིམ་པོ། A füstös tűz meleg, a csontos hús finom.
41. འདུག་འདུགས་པའི་བོང་བུ་རྩ་མི་ཟ། A lusta szamár füvet sem legel.
42. རང་ལ་སང་གོ། སྤྱི་ལ་ཕྱ་ཚོ། Otthon oroszlán, (házon)kívül róka. [CSC-5151, kívül macska]
43. དཔོན་གཡོག་ཤོབ་མ་བཏང། གཉེན་རྒྱང་འཁྱེད་མ་བཏང། Úr és szolga ne füllentsen egymásnak, közeli rokonok ne üzleteljenek egymással.
44. དབྱིད་ཉིན་རིང་མོ་ལ་གང་གསུམ་དོ་གསུམ། མི་ཁྱིད་མོ་ལ་སྐྱིད་གསུམ་སྤྱག་གསུམ། A hosszú tavasz alatt három forró és három hideg nap van, a hosszú emberi életben három boldog és három szomorú időszak van. [CSC-5516, a második sor hiányzik]
45. དབྱིད་ཉིན་རིང་དུ་རིང་དུ། ཡ་མའི་དོ་གོར་རྒྱང་དུ་རྒྱང་དུ། A tavaszi napok hosszabbak és hosszabbak, az anya kamrakészlete kisebb és kisebb.
46. བ་ལྷམ་མཁན་གྱི་བུ་རྒྱང་རྗེན་ལ། A cipész fia mezítláb jár.
47. བ་གོས་བུ་ལ་འགད་ན། བུ་ལ་ཁ་བརྗམ་བཏང། Ha az apa ruhája jó a fiúra, ne adjon tanácsot többé neki.
48. བུ་ལ་གངས་རི་ཡོད་ན། མདོ་ལ་བྲིགས་པ། Ha a hegy tetején hó van, az aljára is jut egy kevés.
49. རོ་ཞིག་འགྲུལ་ན་རྒྱལ། མོ་ཞིག་འདུག་ན་རྒྱལ། Jobb ha a férfi utazik, s a nő marad otthon.
50. འཕུང་འཕྲོ་འཕུང། Balszerencse, szerencse, balszerencse.
51. བུ་བྱ་དགུ་སྐྱེས་པའི་ཡ་ནེ་ལ་སྐྱིད་གཏམ་མ་བྱལ། Ne bízz titkot a nőre, aki kilenc gyereket szült.

52. བ་གསོ་བ་ལ་ཕྱག་རགས་དགོས། A tehén etetéséhez szénakazalra van szükség.
53. བག་མ་བདེ་མོ་ལ་སྐྱ་གཡོན་ཏི། A szép menyasszonynak görbe az orra.
54. བོང་ཞོན་ལག་ཆག། ཏྲ་ཞོན་མགོ་ཆག། Aki szamarat ül meg, kezét töri, aki lovat ül meg, fejét töri.
55. བྱ་ཀས་པ་རྒྱ་བྱ། མི་ཀས་པ་རང་ཡུལ་བྱ། Ha a madár megöregszik a fészkére gondol, ha az ember megöregszik a hazájára gondol. [CSC-6289]
56. བྱ་གནམ་ལ་འཕུར་ནའང་གྲིབ་མ་ས་ལ། Habár a madár az égen repül, árnyéka mégis a földön van.[CSC-6328]
57. བྱི་མ་བཙེར་ཏི་མར་མི་འཐོན། A homokot rázva nem lesz vaj belőle.
58. སྐལ་ཏི་ལ་ཚུ་ཐོབ་པ་ཙོགས། Mint egy balti, aki sót szerzett.
59. དབྱར་གྱི་གཡའ་ལ་ཕྱགས་ལ་ཅག་ཅག། དགུན་གྱི་རྩ་མ་ལ་ཅག་ཅག། Nyáron vigyázz a fémdolgokra, télen óvd a kerámia dolgokat.
60. སྐ་མ་འོན་པ། ཉེ་གནས་སྐྱགས་པ། A láma süket, a tanítvány néma.
61. མར་གྱི་ཁྲོད་ལ་རལ། Hajszál a vajban.
62. མི་ལ་འརྒྱ་ཆད་མེད། བྱི་ལ་ལྷོགས་ཆད་མེད། Az ember mindig bajban van, a kutya mindig éhes.
63. ཚུ་མེད་སྲོ་མེད་ཟ་བ་སང་། གར་མེད་ཡང་མེད་ཤོར་བ་རྒྱལ། Jobb elszaladni az összejövételről, mint sótlan ételt enni.
64. གཏམ་རྒྱ་ཆང་གིས་བཏོན། A sok sör a beszéd melegágya.
65. གཏམ་དཔེ་མེད་ལའད་དཀའ། ཇ་ཚུ་མེད་འཕུང་དཀའ། Közmondás nélkül a tanítást nehéz megérteni, só nélkül a teát nehéz meginni. [CSC-3910]
66. ཁ་ལ་མངར་བ་གར། རྒྱ་ལ་སྐྱན་པ་གཏམ་དཔེ། A szájban édes a cukor, a fülben kellemes a

közmondás.

67. དཀའ་ལས་ཆེན་ལ་དོན་གོ་ཚུང་། Nehéz munka, kis eredmény.
68. དཀར་པོ་བཏང་སར་དཀར་པོ་ཡོང་། རྒྱ་པོ་བཏང་སར་ནག་པོ་ཡོང་། Ahol fehéret ültetnek, fehéret aratnak, Ahol feketét ültetnek, ott feketét aratnak. [CSC-88]
69. རྒྱུ་ཁ་དཀར་བཟུང་ནས་སྒོ་རྟ་བྱས། འབྲོང་བྲེ་སེར་བཟུང་ནས་སྒོ་ལོག་བྱས། Ha elfogysz egy fehér vadszamarat (kjang), megbízható hátasod lesz. Ha elfogysz egy sárga vadjakot (dong), házi kedvenced lesz.
70. སྐད་པ་གཅིག་གིས་རས་གོས་མི་ཉན། ཤིང་སྡོང་གཅིག་གིས་ནགས་ཀླུ་མི་ཉན། Egy szál cérna nem teszi a ruhát, egy magányos fa nem teszi az erdőt. [CSC-325]
71. སྐྱིད་འདོད་ན་ཆས་པོའི་ཚུང་མ་བྱེད། Ha boldogságot akar, öregember menyasszonya legyen. [CSC-408]
72. སྐྱ་བཞར་ནས་ཀླུ་གུངས་བཟླ། A haj levágása után konzultál az asztrológussal.
73. ཁ་གཅིག་ཁོག་པ་མི་གཅིག། སྤྲས་གཅིག་ལ་ཕྱི་ལམ་མི་གཅིག། Egy száj, de különböző gondolatok, Egy párna, de különböző álmok.
74. ཁ་འཆལ་གྲོས་འགྲིགས་གསེར་གྱི་རྩོར་བུ། ཁ་ཐོར་དགུགས་ཤིང་སྒྲིང་གི་རལ་གྲི། Megegyezés és szép beszéd ritka ékszerek, elválás és konfliktus fegyverek kardok a szívnek.
75. ཁ་ནས་མ་ཁི་འདོན། ལག་རྩུ་ཤན་གྱི་ཡིན། A száj a manit recitálja, a kézben húsvágó kés van. [CSC-779]
76. ཁ་ལ་སོ་མེད་ན་སྟེ་གྲུ་ཡངས། Fogatlan szájban több hely van a nyelvnek. [CSC-951]
77. ཁྱིམ་ཐུབ་ཐོགས། མིམ་ཐུབ་བཏོང་། A nevetlen kutyát kösd meg, a nevetlen embert küldd el. [CSC-1232]
78. མཁས་པ་ཡིན་ན་སྤྱི་བལྟས་བྱེད། དཔའ་བོ་ཡིན་ན་སྤྱི་བལྟས་བྱེད། A bölcs ember a múltból tanul, a bátor a jövőből. [CSC-1472]
79. གྲོས་མི་ལ་དྲིས། ཐག་རང་གི་གཞོན། Kérdezd a barátokat, dönts magad. [CSC-1831]

80. དགྲ་པོའི་སྤྲོད་ཚུལ་བརྒྱུད་ས་པ་ལས། གྲོགས་པོའི་ཚུ་རྒྱུད་འཐུང་བ་དགའ། Jobb a baráttal vizet inni, mint az ellenséggel mézet enni. [CSC-1998]
81. དངོས་པོ་ཆེན་ལྷག་བསྐྱེད་ཆེ། དངོས་པོ་ཆུང་ན་སྤྲོད་བསྐྱེད་ཆུང། Nagyobb vagyon, nagyobb szenvedés. Kisebb vagyon, kisebb szenvedés. [CSC-2768]
82. ལྷགས་ཀྱི་ཐོག་ལ་བརྒྱུད་ས། ཀོ་བ་རྫོན་ཐོག་ལ་མཉེད། A fém akkor alakítható, ha forró. A bőr akkor alakítható, ha nedves. [CSC-3048, A számár akkor alakítható, ha vezetik.]
83. ཆང་རང་གི་བརྒྱུད་ན་མགོ་ན། ཆང་མི་ཡིས་བརྒྱུད་ན་སྤིང་ན། Ha te iszod a sört, a fejed fog fájni. Ha más issza a sört, a szíved fog fájni. [CSC-3128]
84. ཆར་པ་ཚུ་གྲོགས། ཉི་མ་མེ་གྲོགས། Az eső a víz barátja, a Nap a tűz barátja. [CSC-3150]
85. ཚུ་ལ་ཚུ་འགོ་དང་། ཤིང་ལ་རྩ་བ། A víznek forrása van, a fának gyökere. [CSC-3325]
86. ཇ་ཞིམ་པོ་མར་གྱི་བཀའ་དྲིན་རེད། A tea finom íze a vajnak köszönhető. [CSC-3453]
87. འཇའ་གར་སོང་ཉི་མ། བྱ་གར་སོང་མནའ་མ། A szivárványt a Nap követi, a vőlegényt a menyasszony. [CSC-3501]
88. ཉི་མ་ཀས་ཁར་རྩོ། མི་ཀས་ཁར་སྤྱིད། A lenyugvó Nap a legmelegebb, az idős kor a legboldogabb. [CSC-3620]
89. ཏཱ་པོ་སྤྲོད་གྱིས་སྤྱུར། མི་ཁ་གཏམ་གྱིས་སྤྱུར། A lovat egy kis csapással lehet megváltoztatni, az embert bölcs mondással.
90. ཐག་རིང་གཏམ་དེ་ཕྱིད་བདེན་མི་བདེན། Messziről jött történet, félig igaz, félig nem. [CSC-43700]
91. མདའ་གཅིག་གིས་ཤ་བ་གཉིས་བསད། Két szarvast megölni egy nyíllal. [CSC-4836]
92. པོ་པོའི་རྒྱས་དེ་མོ་ལ་ཡོད། Az öregember szokásait az öregasszony ismeri.
93. བྱ་ཀན་སྤོ་ཟད་དང་། མི་ཀན་སྤོ་ཐད། Az öreg madár elhullajtja a tollát, az öregember elhullajtja a haját. [CSC-6287]

94. ལྷ་མོས་མི་རྒྱལ་ལོ་ལོ་། Az asszonynak az öregembertől a hulla is szórakoztatóbb.
95. ལྷ་མ་ཡི་བས་ཀྱི་རྩ་ལྷ་ས་བསངས་བཏང་། Miután elment a láma, ajánlja fel a füstölőt.
96. ལྷན་པོ་ཞེས་ཀྱི་གཅིག་ཞེས་། མཁས་པས་ཞེས་ཀྱི་བརྒྱུ་ཞེས་། Az ostoba egyszer hibázik, a bölcs százszor. [CSC-6516]
97. འབྲོག་པ་དབུས་ལ་འབྲུག་ས། དབུས་པ་འབྲོག་ལ་འབྲུག་ས། A nomád Ü-ben (Tibet központi tartománya) fázik, az üpa (Ü-be való ember) a nomád területen (Cshangtang, Tibeti felföld) fázik. [CSC-6715]
98. མི་ལ་ཤོད་པར་རང་གི་སྣ་ལ་རྩམ་པ་མ་འགོས་པ་བྱེད་དགོས། Mielőtt megszólsz másokat, bizonyosodj meg nincs-e campa (pörkölt árpaliszt) az orrodon.
99. མཛོ་རྒྱལ་སྟོབས་ལྷགས་མིད་ཀྱང་ལམ་རྒྱས་ཤིས། Habár az öreg dzónak (jaktehén) már nincs ereje, de az utat jól ismeri. [CSC-8100]
100. ཞག་གཅིག་གཉིད་ཆག་ན། ཉིན་བཅུ་ཁམས་མི་བདེ། Egy éjszaka alvás nélkül, tíz fárasztó napot okoz. [CSC-8226]
101. ལུག་པས་བྲག་ངོམས། ངང་པས་མ་ཀྱི་ངོམས། A bagoly a sziklán a legboldogabb, a kacska a tavon. [CSC-8661]
102. ལུ་སྲིད་ངན་པ་སྐྱུས་པ་ནི། ཉིད་གྱི་དུས་བཙོང་ངོ། Ha rossz fiú és lány születik, neveletlenek harctere lesz (ház).
103. པ་བས་བྱ་འཛངས་ན་ནི། སྲང་ལ་སྲེ་ཐར་བ་བཞིན་ལ། Ha az apától bölcsebb a fia, mintha tűz pusztítana a mezőn.
104. པ་བས་བྱ་ངན་ན་ནི། མ་ཀྱི་ལྷུས་དེད་པ་དང་འབྲེ། Ha az apától rosszabb a fia, mintha a vért víz mosná el.
105. མ་འཛམས་བྱ་འཛམས་ན་ནི། གསེར་ལ་གཡུ་སྐྱུ་ལ། Bölcs anya bölcs fiával, mint aranyban türkizdész.
106. མ་ངན་བྱ་ངན་ན་ནི། ཁང་རུལ་དུ་ལྷུད་སྐྱུང་བ་དང་འབྲེ། Rossz anya rossz fiával, mint öreg házon trágyahalom.

107. འཛེངས་པའི་བློ་སྣང་ནི། ཤེས་པས་སྤྱི་བྲེལ་ལོ། A bölcs ember gyors észjárással, nem választható el a tudástól.
108. ཡུལ་མ་འདྲིས་ན་ནི། རྟོན་གྲུང་དགའི་ལྗེ་ལོ། Ha nem kérdez a hazáról, mintha éjsötétség lenne nappal.
109. རྗེ་སྐམ་པོ་ཡང་དཔེ་སྤྱི་ལས་ལེན་ནོ། Egy alapos úr is példát vesz az emberektől.
110. ལྷ་དང་ཆུ་ནི། ལྷ་དང་ཉི་ཅུང་དོ། Tűz és víz, mindkettő szükséges.
111. གཏམ་གྱིས་རོགས་བཟུང་ནི། གཏམ་རེ་ཡང་འཇུག་རེ་ལོ། Ha a feleség mellett ott a férj, mindig mosolyog, amikor beszél.
112. ཁ་སྐྱེས་ཉེས་ན། བདུད་གྱི་སྐྱོ་མོ་ལོ། A káromkodás bejárat a démonnak.
113. ཁམ་སར་གྱི་ཚོན་ནི། བསྐྱད་པ་ནི་རྒྱ་བའི་གྲོན་ཆེ་ལོ། Kést élezni az agyagban, nagy anyagveszteség.
114. དེ་བས་མ་འཛེངས་བྱམས་པས་བསྟན་པ་ནི། སྤྱིད་གྱི་དོན་དང་། མདུད་པར་བྱུང་ཤིག།
སྤུམ་པ་མ་ཤགས་ཆེན་པོ་རྗེ་གསུངས་ལོ། Ezért fogadd meg a bölcs anya mondásait. Valódi jelentését kösd össze a szerencsés étellel. Itt végződnek Szumpa anya nagyon bölcs mondásai.
115. མ་མ་མེད་པའི་བྲ་སྤྱུག་སྤྱུག། རྗེ་གསུངས་མེད་པའི་ཡུགས་ས་སྤྱུག། Szülők nélküli árva szenved, mint az élettárs nélküli feleség/férj.
116. རྣམ་རིང་བའི་མི་ལམ་སྟོང་བ་རེད། དཔོན་ཆེན་པོའི་ཁ་བཟང་སྟོང་བ་རེད། Hosszú éjszakai az álom értékes, erős vezető szava értékes. [CSC-5209]
117. རྒྱ་མ་རྗེ་རི་ནང་གི་ཚོན་རྩུ་ཡིན། རི་རབ་ཁ་ཡི་ལྷུང་ཆེན་ཡིན། རྒྱ་བོད་བར་གྱི་གསེར་བཟུང་ཡིན། A tengerben drágakő van, a hegyen Garuda, Kínai-Tibetben arany.
118. ཟས་བཟོན་ཆུན་པས་བློ། གཏམ་བཤད་ན་གཞོན་ལུས་བཤད། Ha ételt akarsz enni, öreggel egyél, ha beszélgetni akarsz, fiatallal beszélj.
119. ཁ་སྟོང་པས་མོ་མི་ཐེབས། ལག་སྟོང་པས་དཔུང་མི་འབབ། Üres szájjal mo (jóslat) nem

mondható, üres kézzel vizsgálat nem végezhető.

120. སྤྱི་བཞིག་གི་སྒྲ་རྩེ། རྩང་བཞིག་གི་སྤྱིའུ། Kívülről baltával, belülről fejszével. [CSC-6007]

121. ལྷང་རྒྱ་ཉལ་ས་འབྲོང་གིས་འབྲོག། བྱེའུ་ཁྱེ་རྩང་ལ་སྤྱལ་ནག་ཐོན། Az öreg ökör alvóhelyét jak foglalta el, a kismadár fészében mérges kígyó jelent meg.

122. མི་རྒྱ་ལྷི་ཁར་པ་ལུལ་བྲན། བྱ་རྒྱ་ལྷི་ཁར་ལིང་ཚེ་བྲན། བྱི་རྒྱ་ལྷི་ཁར་སྒོ་ཚ་བྲན། Ha az öreg ember halála közeleg a hazájára, ha az öreg madár halála közeleg a fa tetejére, ha az öreg kutya halála közeleg a küszöbre gondol. [CSC-7017, az utolsó sor nincs]

123. བྱིད་ཀྱིས་ཉིན་མོ་བལྟས་ནས་མ་ཐོང་ན། ངས་མ་ཁྱོད་མོ་བལྟས་ནས་ག་ལ་མ་ཐོང་། Ha nappal kerested és nem láttad, hol látnád, ha éjjel keresed? [CSC-1304]

124. མཁས་པ་ཡོན་ཏན་དཔག་མིང་གྱང་། གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་རྒྱང་བྱ་ལེན། A bölcsnek a mérhetetlen tudás, másoknak kevesebb fogható fel. [CSC-1474]

125. མཁས་མཁས་པའི་ནང་ན་མཛེས། A bölcs a bölcsök között ékes.

126. ལྷན་པོ་སྤྱོད་བྱུང་ན་མཛེས། Helyes, ha az ostoba beszéde rövid. [CSC-6512]

Irodalom

4. *osztályos olvasókönyv*. 1989. Dharamsala

5. *osztályos olvasókönyv*. 1989. Dharamsala

Dolma, Sonam 1982. *gling ge sar rgyal po'i sgrung las byung ba'i bod kyi gtam dpe* [Közmondások a lingi Geszar király történetéből]. Peking

Rev Gergan, J 1976. *A Thousand Tibetan Proverbs & Wise Sayings from Ladakh, Spiti, Lahaul & Naris Skor-gSum*. New Delhi

Sza-Szkja Pandita Kun-Dga' Rgyal-Mtshan 1984. *A bölcsesség kincsestára*. Budapest

Thomas, Frederick Wilhelm 1957. *Ancient Folk-Literature From North-Eastern Tibet*. Berlin, 103–112.

Voigt Vilmos 1998. *Kisepikai prózai műfajok*. In *A magyar folklór*. Szerk. Voigt Vilmos. Budapest, 303–355.

Sangye, Paris 1999. *dpe chos tshig mdzod* [Közmondás szótár]. Peking

Gyatso, Sangye 2007. *mgo log gi dmangs srol rig gnas phyogs bsdus* [Golog népszokások és kultúra gyűjteménye]. Xining

Tashi, Rigzin 1991. *kham pa'i gtam dpe gces bsdus* [Khampa közmondások nagy gyűjteménye]. Xining

Cüppers, Christoph – Sörensen, per Kjeld 1998 *A Collection of Tibetan Proverbs and Sayings*, Stuttgart