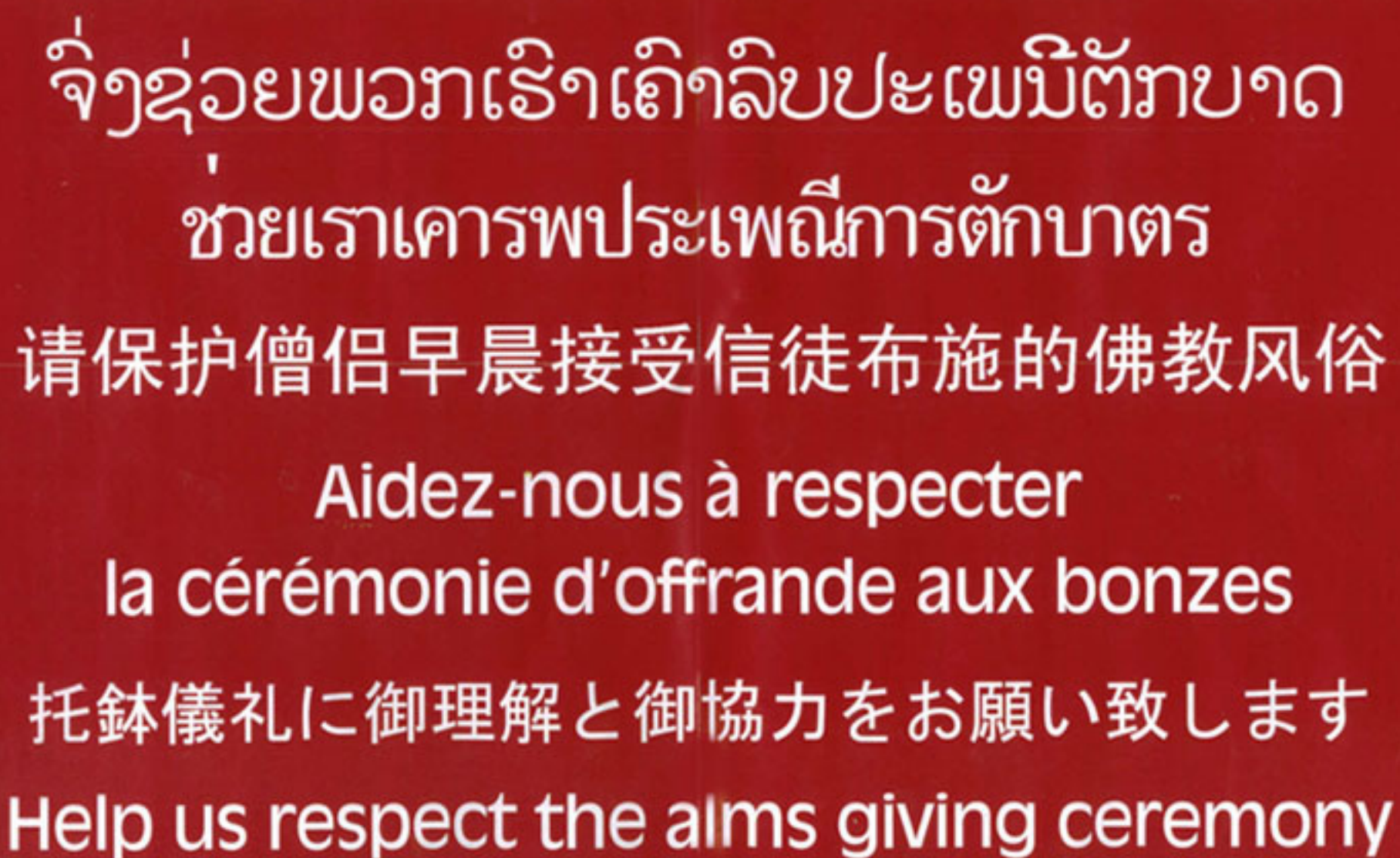






ຈຶ່ງຊ່ວຍພວກເຮົາເຄົາລົບປະເພນີຕັກບາດ

ช่วยเราเคารพประเพณีการตักบาตร

请保护僧侣早晨接受信徒布施的佛教风俗

Aidez-nous à respecter

la cérémonie d'offrande aux bonzes

托鉢儀礼に御理解と御協力をお願い致します

Help us respect the alms giving ceremony

Supported by:

Luang Prabang Provincial Tourism Office

Tel: 071 212487 Fax: 856 71 252904

Department of Information and Culture, Luang Prabang

Lao Buddhist Fellowship Organisation, Luang Prabang District

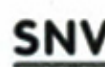
National Tourism Authority-Asian Development Bank
Mekong Tourism Development Project

SNV Netherlands Development Organisation

La Maison du Patrimoine, Luang Prabang

The Quiet in the Land, Art and Education Project, Luang Prabang

United Nations Education, Science and Culture Organisation



Text and translation: Bounkhong Khutthao, Khamphouy Phommavong,
Sathou Onekeo Sitthivong, Francis Engelmann, Bhanuphol Horayangura,
Tian Jin, Yushi Kawaguchi, France Morin, Savay Silavanh, and David Wharton
Photo: Hans Georg Berger Design: Pankham HiTec/Paul Bloxham

ຂໍ້ຄວາມສໍາຄັນສໍາລັບນັກທ່ອງທ່ຽວກ່ຽວກັບ

ປະເພນີຕັກບາດໃນຕອນເຊົ້າ

ການຕັກບາດເປັນປະເພນີທາງສາດສະໜາຂອງຊາວຫລວງພະບາງ ແລະ ປະເພນີ
ອັນດີງາມ ນີ້ເປັນໜຶ່ງໃນຈຸດສໍາຄັນດ້ານການທ່ອງທ່ຽວ. ຢ່າງໃດກໍດີ, ຖ້ານັກທ່ອງທ່ຽວ
ບໍ່ເຂົ້າໃຈ ໃນດ້ານວັດທະນະທຳ ແລະ ຂະນົບທຳນຽມປະເພນີ ການຕັກບາດໃນຮູບແບບທີ່
ບໍ່ສົມຄວນ ກໍ່ອາດຈະພາໃຫ້ເກີດຄວາມເຊື່ອມເສຍໄດ້. ພວກເຮົາຢາກຈະໃຫ້ຄວາມສົນໃຈ
ກ່ຽວກັບຫລັກການປະຕິບັດການຕັກບາດ ທີ່ຖືກຕ້ອງ ຊຶ່ງເປັນເລື່ອງທີ່ຊາວຫລວງພະບາງ
ໃຫ້ຄວາມສໍາຄັນດັ່ງນີ້.

ຫລັກການປະຕິບັດກ່ຽວກັບການຕັກບາດ:

- ຈົ່ງສັງເກດເບິ່ງດ້ວຍຄວາມສະຫງົບງຽບ, ທ່ານຈົ່ງໃຫ້ທ່ານເມື່ອທ່ານເຫັນວ່າ ມີຄວາມສໍາ
ຄັນສໍາຫລັບທ່ານ ແລະ ປະຕິບັດດ້ວຍຄວາມເໝາະສົມ.
- ຈົ່ງຊົ່ວອາຫານໃນຕະຫລາດຕອນເຊົ້າແທນທີ່ຈະໄປຊື້ນໍ້າພວກແມ່ຄ້າທີ່ຕາຍຂາຍຢ່າງ
ຕາມຫລັງ ພະສົງ ແລະ ສໍາມະເນນ.
- ຖ້າທ່ານບໍ່ມີຈຸດປະສົງທີ່ຈະໃຫ້ທ່ານຢູ່ຫ່າງໄກ ແລະ ປະພຶດຕົວຢ່າງເໝາະ
ສົມ, ຢ່າເຂົ້າໄປກິດຂວາງໃນເສັ້ນທາງທີ່ພະສົງ ແລະ ສໍາມະເນນຈະເດີນຕ່າງ ຫລື
ບໍລິເວນທີ່ຜູ້ຄົນຈະໃຫ້ທ່ານ.
- ກະລຸນາຢ່າຖ່າຍຮູບພະສົງ ແລະ ສໍາມະເນນໃນໄລຍະໄກສິດຈິນເກີນໄປເນື່ອງຈາກ
ວ່າແສງ ແຟ້ດຈາກກ້ອງຖ່າຍຮູບຈະລົບກວນພະສົງ, ສໍາມະເນນ ແລະ ຊາວບ້ານ.
- ກະລຸນາແຕ່ງກາຍສູງພາບຮູບຮ້ອຍໂດຍສະເພາະຢ່າງຍິ່ງແມ່ນຫົວໄຫລ, ໜ້າອີກ ແລະ
ຂາຄວນມີການປິກປິດ.
- ຫ້າມແຕ່ງຕ້ອງຈັບບາຍພະສົງ ແລະ ສໍາມະເນນ.
- ຫ້າມນໍາລິດບັດຂະໜາດໃຫຍ່ເຂົ້າຈອດໃນບໍລິເວນເຂດມໍລະດົກໂລກຂອງ ຫລວງພະບາງ
ເນື່ອງຈາກວ່າມັນຈະກໍ່ຄວາມລຳຄານຫລາຍຢ່າງ. ທ່ານຢ່າຂັບລົດຕາມຂະບວນຂອງ
ພະສົງ ແລະ ສໍາມະເນນເພາະທ່ານອາດຈະຢູ່ສູງກ່ວາພະສົງ ແລະ ສໍາມະເນນຊຶ່ງເປັນ
ເລື່ອງທີ່ຊາວລາວຖືວ່າບໍ່ເປັນການເຄົາລົບນັບຖືຕໍ່ພະສົງ ແລະ ສໍາມະເນນ.

ຈຶ່ງເຂົ້າຮ່ວມພິທີຕັກບາດດ້ວຍຄວາມເຄົາລົບຕໍ່ສິ່ງສັກສິດ ແລະ ເຊິດຊອດຄວາມຈິບງາມທາງ
ສາດສະໜາຂອງ ຊາວຫລວງພະບາງ ແລະ ເຈົ້າໜ້າທີ່ການຈັດຕັ້ງທຸກຂັ້ນຂອງ
ຫລວງພະບາງ ຂໍອະນຸຍາດໃຫ້ທ່ານທີ່ໄດ້ໃຫ້ການຮ່ວມມືເປັນຢ່າງດີ.

Important information on morning alms giving

The morning monks' alms round (in Lao: Tak Bat) is a living Buddhist tradition for the people of Luang Prabang which, because of its beauty, has become a major tourist attraction. However, when tourists are unaware of its customs, their inappropriate behaviour can be disruptive. We would like to draw your attention to this religious practice, which has great meaning for the population of Luang Prabang.

How to respect the Tak Bat

- Observe the ritual in silence, and contribute an offering only if it is meaningful for you and you can do so respectfully.
- Please buy the rice at the local market earlier that morning, rather than from the street vendors along the monks' route.
- If you do not wish to make an offering, please keep an appropriate distance and behave respectfully. Do not get in the way of the monks' procession or the believers' offerings.
- Do not photograph the monks too closely; camera flashes are very disturbing for both monks and lay people.
- Dress appropriately; shoulders, chest, and legs should be covered.
- Do not make any physical contact with monks.
- Large buses are forbidden within the Luang Prabang World Heritage Site and are extremely disturbing. Do not follow the procession on a bus - you will stand above the monks, which in Laos is disrespectful.

Take part in the almsgiving ceremony by protecting its dignity and its beauty. The community and the authorities of Luang Prabang thank you in advance for your collaboration.

ข้อความสำคัญสำหรับนักท่องเที่ยวเกี่ยวกับ ประเพณีการตักบาตรในตอนเช้า

การตักบาตรเป็นประเพณีทางพุทธศาสนาของชาวหลวงพระบางและความงดงามนี้ถือเป็นหนึ่งในจุดที่สำคัญในด้านการท่องเที่ยว อย่างไรก็ตามนักท่องเที่ยวไม่จำเป็นต้องในวัฒนธรรม และชนบทวัฒนธรรมประเพณีการตักบาตรในรูปแบบที่ไม่สมควร ที่อาจก่อให้เกิดความไม่พอใจได้ เราอยากให้ความสนใจเกี่ยวกับหลักการปฏิบัติการตักบาตรที่ถูกต้อง ซึ่งเป็นเรื่องที่ชาวหลวงพระบางให้ความสำคัญดังนี้

หลักการปฏิบัติเกี่ยวกับการตักบาตร:

- เมื่อการตักบาตรในอาคารหรือบนถนน ท่านจะเห็นท่านที่นำบาตรมาตักบาตรและปฏิบัติในอาคารหรือบนถนน
- โปรดซื้ออาหารในตลาดในตอนเช้าแทนที่จะไปซื้ออาหารจากร้านค้าตามปกติที่พระภิกษุเดินผ่าน
- ถ้าท่านไม่ประสงค์ที่จะทำบุญ ขอความกรุณารักษาระยะห่างที่เหมาะสม และ แสดงอาการอ่าวมา ไปซื้ออาหารในช่องทางที่พระภิกษุจะเดินผ่าน หรือบริเวณที่ผู้คนจะเข้าไปทำบุญ
- โปรดอย่าอ่าวรูปพระภิกษุในขณะกระชั้นชิดจนเกินไป เนื่องจากแสงแฟลชจากกล้องอาจรบกวนพระภิกษุและชาวบางอย่างมาก
- กรุณาแต่งกายสุภาพเรียบร้อย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง หัวไหล่ หนอก และ ขา ควรมีการปกปิดอย่างมิดชิด
- ห้ามสูบบุหรี่ต่อหน้าพระภิกษุ
- ห้ามรบกวนหรือเข้าไปใกล้มากเกินไปในบริเวณเขตมรดกโลกของหลวงพระบางเนื่องจากมักก่อความรำคาญอย่างมาก อย่าขับหรือขี่ตามขบวนของพระภิกษุ เพราะท่านอาจจะอยู่สูงกว่าพระภิกษุ ซึ่งเป็นเรื่องที่ชาวลาวยึดว่า ไม่เคารพพระภิกษุอย่างยิ่ง

การร่วมทำบุญตักบาตรด้วยอาการที่เคารพต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์และเชิดชูความงดงามของพุทธศาสนาชุมชนและองค์การต่าง ๆ ของหลวงพระบาง ขอขอบคุณล่วงหน้าสำหรับความร่วมมือ

就僧侣例行早晨接受信徒布施的风俗 告旅游者重要注意事项

僧侣清晨沿街接受信徒布施是琅勃拉邦当地传统的佛教风俗。当地的人们称之为“塔芭”。在长期的传承过程中，人们给这一古老的传统不断地注入了新的活力而使之经久不衰，成为本地富有当代活力的一大佛教民俗。它给人一种视觉上的美感，引起了旅游者及大的兴趣。但是，当旅游者对这一风俗缺乏基本常识时，不得体的行为和表现就会扰乱佛事的正常进行。在此，我们呼吁各位对这项在琅勃拉邦民间具有极大意义的宗教习俗给予应有的关注和了解。

怎样来表示对“塔芭”的尊重:

- 在仪式进行过程中，请静静地观摩，在你对这一习俗的意义产生共鸣并能够文明参与的前提下，你才可以奉上自己的那一份。
- 施舍给僧侣的米饭，应在当天清晨早些时候，在当地的菜市场购买。而不要在僧侣们清晨接受布施者供奉时必经的街道旁，向沿街而设的商家小贩购买。
- 如果不打算参与供奉，请保持一定的距离并注意行为得体庄重。并注意不要在僧侣和信徒们的队列中挡道。
- 照相机镜头不应离僧侣太近。照相机上的闪光灯会对例行佛事的僧侣和布施者造成干扰。
- 衣冠整洁：肩膀、前胸和腿部肢体不应外露。
- 避免与僧人发生肢体接触。
- 禁止大型车辆进入琅勃拉邦世界文化遗产地。大巴车的进入会给区域内的正常秩序造成极大的干扰。不要在车上尾随跟踪僧侣和布施者的队列车辆的高度使你站在高于僧侣的位置，而这在老挝被认为是一种损坏佛家尊严的行为。

本着保护“塔芭”的尊严和它的唯美价值来参与这一民俗活动。琅勃拉邦民众和当局为你们的合作在此表示感谢。

托鉢の御見物についての留意点

早朝に行われます托鉢（ラオス語：タクバー）と布施はルアンプラバンの伝統的な宗教行為です。その美しい情景から観光の見所となっておりますが、当地の慣習に疎雑な観光客の心無い振舞いは大変な失礼にあたります。この儀礼はルアンプラバンの人々にとって大変重要なものですので、御見物には十分なご注意をお願い致します。

托鉢ご見物の仕方について

- 御見物の間はお静かに願います。お布施は、それがご自身にとって意味深く、かつ敬意をもって行うことができる人に限りお願い致します。
- お布施のご飯は、托鉢のコースに出ている売り子からではなく、ローカルマーケットで前もってお買い求め願います。
- お布施をなさらない場合は、少し離れて行儀よく御見物願います。僧やお布施をする人の列に割り込まないで下さい。
- 至近距離での写真撮影はご遠慮下さい。特にフラッシュ撮影は大変な迷惑になります。
- 適切な服装をお願い致します。肩、胸、脚は隠すように願います。
- 僧に触れることは固く禁じられています。
- バスに乗っての托鉢見物をご遠慮ください。ラオスにおいて、僧よりも高い場所に位置することは不敬にあたります。遺産地域内での大型バスの通行は、遺産の保全にとって重大な障害になるため禁止されています。

托鉢儀礼の荘厳さと美しさを守りながらご参加ください。ルアンプラバン自治体および関係者は皆様のご理解とご協力に対し感謝いたします。

Informations importantes sur la quête matinale des bonzes

La quête matinale des bonzes (en Lao: Tak Bat) est une tradition vivante de la population de Luang Prabang. Elle est devenue une attraction touristique majeure en raison de sa beauté. Cependant, lorsque les touristes n'en connaissent pas les coutumes, leurs maladresses peuvent perturber cette cérémonie. Nous voudrions attirer votre attention sur cette pratique religieuse qui a une grande valeur pour les habitants de Luang Prabang.

Comment respecter le Tak Bat

- Observez en silence et ne faites cette offrande que si elle correspond pour vous à une démarche religieuse personnelle que vous êtes capable de pratiquer avec dignité.
- Achetez de préférence le riz au marché tôt le matin plutôt qu'aux marchandes dans la rue sur le chemin des bonzes.
- Si vous ne faites pas d'offrande, tenez vous à distance, dans une attitude respectueuse. Ne gênez pas la procession des bonzes et le don des fidèles.
- Ne prenez pas de photos des bonzes de trop près; les flashs sont très perturbants à la fois pour les bonzes et les fidèles.
- Soyez vêtu convenablement, épaules, torse et jambes largement couverts.
- Evitez tout contact physique avec les bonzes.
- Les autobus de grande dimension sont formellement interdits dans la zone protégée du site du Patrimoine Mondial et créent de graves perturbations. Ne suivez pas la procession en bus. Vous risquez de vous trouver plus haut que les bonzes, ce qui constitue au Laos un manque de respect.

Participez à la cérémonie de la quête des bonzes en protégeant sa dignité et sa beauté. La population et les autorités de Luang Prabang vous remercient d'avance de votre coopération.