



泰國國旗

泰國小和尚

撰文 / 譚華德

泰國(Thailand)是個佛教的國家，全國有90%的人口為佛教徒。傳統上，父母親都希望自己的兒子有出家當小和尚的經驗，一方面可以為自己及家人祈福，一方面可以接受佛教教育，成為心智更成熟的男孩。加上現在的父母親每天忙於工作，沒有太多時間管教自己的小孩，也不希望孩子到了寒暑假就待在家裡看電視、玩電動或出去外面閒逛。因此，很多父母親選擇把自己的小孩送到家附近的寺廟寄宿學習佛法、修心養性並磨練自己的個性，學習為人處事的道理。目前，每到寒暑假，泰國各地的寺廟經常舉辦短期出家的活動，只要能夠自理生活起居的小朋友們都可以來參加此活動。



泰國清邁府的伯軒(Pakorn)就曾經短暫的出家過。

出家的儀式

「我還記得，我出家的前一天晚上，我又興奮又緊張，興奮的是，以前我看到和尚就感到很好奇，到底他們在寺廟裡都做些什麼呢？每天都怎麼生活？跟外面的生活有什麼不一樣？我真的很想知道。緊張的是，我必須離開舒服的家到寺廟生活，尤其當小和尚要守10條戒律，我好擔心自己做不到。每天的作息會不會很

辛苦呢？我可以忍受沒有電視、沒有爸爸媽媽在身邊的日子嗎？這是我出家當小和尚前一天晚上的不安與煩惱。」

伯軒今年12歲，是清邁府一所小學的六年級學生，去年暑假曾經到一間鄰近的寺廟裡參加短期出家的活

動，那是他第一次出家當小和尚。廟方希望當天儀式能夠進行得很順暢，避免孩子半路反悔，因此規定出家的前一天晚上就得住在寺廟，一方面做好心理準備，一方面熟悉寺廟的環境。到了隔天早上，父母親、親戚和鄰居都會到寺廟一起參加儀式，由高



① 短期出家當小和尚。





僧幫忙剃髮、剃眉、穿袈裟，正式成為出家的小和尚。

小和尚要守 10 條戒律

經過出家的儀式後，除了要遵照廟方的規定之外，小和尚們也必須遵守 10 條佛教戒律：一、不殺生；二、不偷盜；三、不邪淫；四、不說謊；五、不飲酒；六、過午不食；七、不可以唱歌、跳舞、聽音樂、看影片或享受聲光視聽娛樂；八、不能使用有香味的東西，也不配戴裝飾品、打扮得很華麗；九、不睡在舒適柔軟的床；十、不接受錢財。

伯軒剛開始有很多地方不太習慣，尤其是「過午不食」的規定更讓他覺得備感痛苦：「過午不食」意思是過了中午 12 點就不能吃固體的食物了。但是為什麼過了中午就不能吃東西？伯軒後來才知道：這是從佛陀的時代流傳下來的規定。因為佛陀認為人的身體就跟太陽一樣，早上到中午之前吃東西是為了讓身體補充能

量、維持身體的健康，但中午過後，太陽開始往下，身體就需要休息，12 點過後吃東西或吃太飽會對健康有害，加重身體的負擔，造成人的貪念、想睡覺，反而妨礙修行。

儘管每到了傍晚伯軒的肚子還是會餓，但當他知道真正的和尚要守 227 條的戒律之後，就不覺得遵守小和尚的 10 條戒律很困難了。

每天早上要去化緣

一般而言，小和尚每天早上凌晨 5 點就要起床，30 分鐘內必須完成刷牙洗臉、穿好袈裟，拿著托鉢走到寺廟門口集合準備去化緣。伯軒一日的生活也是這個樣子拉開序幕。6 點整由寺廟的高僧帶領排成兩排，從寺廟門口分向左右兩方，光著腳走路去化緣。化緣的隊伍沿路會經過田地、村莊、市場、學校的主要道路和小巷弄，途中會有很多男女老少坐在路邊準備好一袋一袋的食物等待布施給和尚，他們認為供養和尚不只是可以得到内心



② 泰國僧侶化緣托鉢。

的安寧與福報，也可以透過布施減輕自己的貪念與業障。

化緣不是乞討，它也是一個起源自佛陀時代的修行。因為在化緣的同時，也是在弘揚佛法：和尚們必須注意自己的言行，走路時要安靜、隊伍整齊、眼睛看自己的腳步，不可以東張西望；當有百姓來供養食物的時候，就要念誦經文回饋，念完就繼續往前走，不要跟百姓聊天，以免耽誤時間，

因為前面還有很多百姓等著供養與接受回饋呢！

上佛殿念經

化緣結束後差不多 7 點了。回到寺廟，每一位和尚將自己托鉢裡的食物拿出來交給伯軒和其他小和尚幫忙擺在容器裡，寺廟的和尚就會依照輩份圍成小圈圈一起安靜的用餐。

吃完飯、清洗好自己的托鉢後，





伯軒可以回自己的房間休息片刻，之後就要趕緊去佛殿做早課、聽師父開示。每天的早課是以巴利文念誦佛經，由資深和尚教導新和尚念誦佛經的方法與節奏。9點多早課結束後，每一位和尚還要繼續在佛殿學習佛陀的故事、研究佛教的經典。

學習佛法與打坐修行

下午1點是修行與打坐的時間，伯軒和其他和尚一樣，各自到寺廟後院的樹底下或安靜的地方進行打坐修行，直到下午3點打坐結束後才能休息。然後是打掃時間：除了各自打掃自己修行的地方外，下午4點大家也要分工合作，在寺廟的花園裡澆花、打掃、修剪花木。傍晚5點伯軒回到自己的住所去洗澡、洗衣服、清理廁所，晚上6點還要穿好袈裟到佛殿集合準備做晚課。晚課跟早課差不多，同樣是用巴利文唸誦佛經，只是早晚念的佛經不同。

做完晚課之後，是打坐冥想的時

間，直到晚上8點，大家才能各自回到住所，稍微做點自己的事，8點半就得準備睡覺啦！明天一大早還要起來化緣呢！

還俗回家結束出家的生活

時間過的很快，一轉眼一個月就過去，伯軒就要離開寺廟回到家裡，準備開學了。當天，會由幾位高僧幫伯軒和其他小和尚舉行還俗儀式，念誦經文後，換好衣服，就變回一般人了。

雖然住在寺廟有一些辛苦，也沒那麼方便，但是伯軒卻慢慢感受到出家的快樂：去除外界繁華與瑣事的干擾，更能面對自己的內心，也更能感受平淡、規律生活能帶給自己的平靜與安穩。伯軒不僅學會獨立照顧自己，也更了解佛法裡所說的道理。

臺灣與泰國的文化差異

在泰國，人們的生活作息與思考方式都受到佛教的影響，父母親每到

寒暑假常希望自己的孩子參加短期出家，透過化緣、作早晚課和打掃等活動，一方面培養他們對佛教的了解，另一方面學習做人處事的道理和培養良好的態度。臺灣的佛教雖然做法和

泰國的寺廟不太相同，不過每一種宗教都有它自己的特色，相同的宗教也會因為不同的地方而有差異，因此我們應該要抱持著開放的心，學會尊重與欣賞不同的文化特色喔！



國際視窗

出家的文化

泰國自古以來的傳統，男生年滿20歲，一生當中至少要出家一次，以學習佛法和傳承佛教，他們認為男生出家當和尚是最大的福報，可以造福給自己和父母。至於出家的人，也可以學習人生的真諦。至於小和尚則必須年滿7歲，20歲以下的小男生，身心健康而且可以自理生活起居，才可以出家。



國際小學堂

① 你對於泰國小朋友出家當小和尚的文化，有什麼看法？

② 從泰國佛教來看臺灣，你認為臺灣的佛教和泰國的佛教最大的差別在哪裡？



◎圖片來源

單元一 焦點人物		
一、勇敢的巴基斯坦女孩—馬拉拉		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
7	①	改巴基斯坦的小女孩為馬拉拉祈福 / 歐新社提供
8	②	馬拉拉榮獲沙卡洛夫人權獎 / 歐新社提供
10	③	馬拉拉 / 維基共享資源，Claude TRUONG-NGOC 攝
二、孩童幫助孩童—柯柏格		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
15	①	孩童時的柯柏格 / Free the Children 提供
17	②	柯柏格與德蕾莎修女 / Free the Children 提供
18	③	柯柏格與解放兒童的伙伴寫下請願書 / Free the Children 提供
19	④	呂副總統秀蓮女士接見柯柏格 / 周大觀文教基金會提供
三、緬甸的溫柔革命推手—翁山蘇姬		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
23	①	翁山蘇姬發表演說 / 維基共享資源，Htoo Tay Zar 攝
25	②	民眾感謝翁山蘇姬的作為與勇氣 / 維基共享資源，Htoo Tay Zar 攝
26	③	翁山蘇姬 / Klaus Schwab and Aung Sun Suu Kyi, World Economic Forum from Cologny, Switzerland 攝
四、南非自由之聲—曼德拉		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
29	①	曼德拉是帶領南非走向新紀元的關鍵人物 / 維基共享資源，South Africa The Good News 提供
30	②	曼德拉是南非首位民選總統 / 歐新社提供
32	③	南非總統曼德拉與美國前總統柯林頓合照 / 維基共享資源，美國總統行政辦公室攝

單元二 多元文化		
一、泰國小和尚		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
37	①	短期出家當小和尚 / 維基共享資源，Tevaprapas Makklay 攝
39	②	泰國僧侶化緣托鉢 / 維基共享資源，Sry85 攝
二、羅姆人的悲歌		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
43	①	羅姆人在藝術常有傑出表現 / 歐新社提供
44	②	希臘金髮碧眼的瑪麗亞的身世引起全球關注 / 歐新社提供
45	③	羅姆人居無定所 / 歐新社提供
三、新加坡的種族和諧日		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
49	①	新加坡紙鈔上圖案為第一任馬來西亞總統 / 作者自拍
50	②	各種族學生身穿傳統服裝到學校 / 作者自拍
四、奧林匹克的多元精神		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
55	①	現代奧林匹克運動會之父皮耶德·古伯坦 / 奧林匹克委員會提供
57	②	1936 年跳遠金牌得主歐文斯和銀牌得主魯茲·朗合影 / 奧林匹克委員會提供

單元三 國際行動		
一、日本大地震 全球送愛心		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
63	①	臺南市學東國小師生送給日本的愛心加油卡 / 維基共享資源，Great East Japan Earthquake 攝
64	②	臺灣學生將祝福寫在手上，用手掌傳遞希望 / 作者自拍
二、重返地平線 搶救智利礦工		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
69	①	智力礦難位置圖 / 翻拍自蘋果日報
70	②	智利礦工所搭乘的救生艙—鳳凰號 / 維基共享資源，Hugo Infante/Government of Chile 攝
72	③	礦工重返地面後與總統興奮擁抱 / 維基共享資源，Hugo Infante/Government of Chile 攝
三、馬拉威的蜜兒餐		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
75	①	為自己國家同胞奉獻一切的拿破崙·容貝 / Nu Skin Force for Good Foundation 提供
77	②	一心拯救受飢兒的羅百禮 / Nu Skin Force for Good Foundation 提供
78	③	善的力量基金會在馬拉威種下第一棵「希望種子」之樹 / Nu Skin Force for Good Foundation 提供
四、為希望而跑		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
81	①	菲迪皮德斯當年奔跑路線的模擬圖 / 作者自拍
82	②	工作人員阻止史薇哲參加波士頓馬拉松 / Kathrine Switzer 官網，CORBIS 提供
84	③	Wings For Life World Run 在世界標準時間上午十點，一起為不能跑的人而跑 / 裴情那繪

單元四 世界一家		
一、NBA 關懷聯盟		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
89	①	NBA 球員於臺北小巨蛋進行 NBA 關懷行動 / 中央通訊社提供
90	②	林書豪與兒童一起進行美術活動 / Jeremy Lin Foundation 提供
二、守護海洋的彩虹勇士		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
95	①	綠色和平在臺灣進行「非暴力直接行動」 / 綠色和平提供
96	②	綠色和平成員阻止捕鯨的活動 / 綠色和平組織提供
97	③	第三代「彩虹勇士」以節能及環保理念打造 / 綠色和平提供
98	④	2011 年「彩虹勇士號」首次造訪臺灣 / 綠色和平提供
三、e 觸即發 連結全球		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
101	①	看不見的孩子的支持者進行體驗行動 / 維基共享資源，Jon Madrigal 攝
102	②	美國大學生透過行動譴責科尼的惡行 / 維基共享資源，Katie from Utah 攝
四、茉莉花革命		
頁碼	圖號	圖片內容 / 資料來源
107	①	穆罕默德·布瓦吉吉自焚事件引發骨牌效應 / 維基共享資源，cjb 攝
108	②	法國民眾上街替穆罕默德·布瓦吉吉發聲 / 維基共享資源，Antoine Walter 攝

