

"เทศกาลกินเจ" สูดล้งในไทย แต่ทำไมไม่มีที่เมืองจีน? ไขข้อสงสัยเทศกาลถือศีลกินผัก มีต้นกำเนิดจากที่ไหนกันแน่

เคยสงสัยมั้ยว่า เทศกาลกินเจ ในบ้านเราที่จัดยิ่งใหญ่อลังการทุกปี ทำไมไม่เคยเห็นแบบนี้ในเมืองจีนเลยสักครั้ง! ไม่ว่าจะเป็นประเทศจีนแผ่นดินใหญ่ ฮองกง สิงคโปร์ ไต้หวัน ต่างก็ไม่มี เทศกาลถือศีลกินผัก หรือการประดับประดาธงสีเหลืองใดๆ ทั้งสิ้น ทั้งๆ ที่คนไทยแท้ (ส่วนใหญ่) เคยได้ยินกันมาว่าการกินเจ เป็นประเพณีที่สืบทอดมายาวนานของลูกหลานแดนมังกร แต่ที่แดนมังกรกลับไม่มีให้เห็นชะนั้น
..แล้วทำไม? เมืองไทยถึงได้มีเทศกาลกินเจขึ้นมาได้ แล้วยังโด่งดังไปทั่วโลก Bottom Line ชวนคุณมาหาคำตอบไปพร้อมๆ กัน

คนไทยรู้จัก "กินเจ" ครั้งแรกที่ถูกเกิด

ย้อนกลับไปเมื่อ 194 ปีก่อน (ประมาณ พ.ศ. 2368-2400) เป็นจุดเริ่มต้นที่คนไทยรู้จักกับการกินเจเป็นครั้งแรก! สมัยนั้นคนจีนจากมณฑลฮกเกี้ยน (ผู้เจี้ยน) แต้จิ๋ว และซัวเถา ได้เดินทางเข้ามาอยู่อาศัยและทำมาหากินในเมืองไทย บริเวณพื้นที่หมู่บ้านกะทู้ ตำบลกะทู้ จังหวัดภูเก็ต จำนวนมาก เนื่องจากพื้นที่รอบๆ กะทู้อุดมสมบูรณ์ไปด้วยแร่ดีบุก จึงทำให้คนจีนอพยพเข้ามาขุดแร่ดีบุกและทำเหมืองแร่กันตั้งแต่สมัยกรุงศรีอยุธยา (ในสมัยรัชสมัยสมเด็จพระนารายณ์มหาราช) มีการค้าขายแร่ดีบุกกับโปรตุเกส ฮอลันดา ฝรั่งเศส อังกฤษ เป็นต้น



คนจีนกลุ่มนี้เองที่นำเอาประเพณีกินเจ กินผัก หรือ เจี๊ยะฉ่าย เข้ามาในประเทศไทย ซึ่งเป็นประเพณีที่ได้รับอิทธิพลมาจากศาสนาเต๋า (ลัทธิเต๋า) ที่พวกเขานับถือ โดยพวกเขามีความเชื่อและศรัทธาในเรื่องเทพเจ้าประจำตระกูลหรือเทพเจ้าประจำหมู่บ้าน เช่น เทพเจ้า เทวดาฟ้าดิน และเซียนต่างๆ หากมีเหตุเภทภัยอันใดเกิดขึ้น ก็จะแก้เคล็ดด้วยการอัญเชิญเทพเจ้าแต่ละพระองค์ที่ตนนับถือ มาบูชากราบไหว้เพื่อให้คุ้มครองปกป้องรักษาตน พร้อมกับการถือศีลกินผัก งดบริโภคเนื้อสัตว์ทุกชนิด งดทำบาปเพื่อส่งผลให้เภทภัยต่างๆ หายไป โดยมีกินเจ 9 วัน เพราะถือว่าเป็นการบูชา 9 เทวภคัตริย์ ที่เชื่อว่าจะมารับเคราะห์หรือเภทภัยต่างๆ แทนมนุษย์

เมื่อสืบสาวราวเรื่องลึกลงไป พบว่าประเพณีกินผักดังกล่าว จริงๆ แล้วก็มีต้นกำเนิดมาจากจีนนั่นแหละ เพียงแต่มีเฉพาะในชุมชนจีนบางมณฑลเท่านั้น เป็นประเพณีที่ชาวจีนกลุ่มเล็กๆ ทำกัน ไม่ได้มีแพร่หลายไปทั่วทั้งประเทศจีน เมื่อคนจีนกลุ่มนี้อพยพมาที่ไทยก็นำประเพณีนี้ติดตัวมาด้วย ว่ากันว่าในปัจจุบันประเพณีกินผักของชาวจีนที่นับถือลัทธิเต๋าในประเทศจีนบางมณฑลดังกล่าว ได้สูญหายไปแล้วทั้งหมด แต่กลับยังคงมีให้เห็นได้ที่ภูเก็ตบ้านเรา และกระจายไปทั่วประเทศไทย สมัยแรกๆ มีแค่การถือศีลกินผักธรรมดาตามโรงเจ ไม่ได้มีขบวนแห่มาทรงหรือจัดงานเทศกาลยิ่งใหญ่เหมือนในปัจจุบัน

ตำนาน เรื่องเล่า "เทศกาลกินเจ"

เหตุการณ์ที่สะท้อนความเชื่อเกี่ยวกับประเพณีกินผักที่เห็นได้ชัดเจนก็คือ มีตำนานเล่าว่าครั้งหนึ่งมีคณะจิวจากประเทศจีน ได้เดินทางมาเปิดการแสดงที่หมู่บ้านกะทู้ของภูเก็ต คณะจิวนี้สามารถแสดงอยู่ได้ตลอดปี เนื่องจากเศรษฐกิจของกะทู้ในยุคนั้นมีรายได้ดีมาก หลังจากคณะจิวได้เปิดทำการแสดงอยู่ระยะหนึ่ง ได้เกิดมีการเจ็บป่วยเป็นไข้ และจากการเจ็บป่วยครั้งนี้ทำให้คณะจิวนี้ก็ขึ้นได้ว่าพวกตนไม่ได้ประกอบพิธีเจี๊ยะฉ่าย (กินผัก) ซึ่งเคยปฏิบัติกันมาทุกปีที่เมืองจีน จึงได้ปรึกษาหารือในหมู่คณะ และได้ตกลงกันประกอบพิธีเจี๊ยะฉ่ายขึ้นที่โรงจิวนั่นเอง ต่อมาโรคภัยไข้เจ็บก็หายไปหมดสิ้น

เรื่องนี้สร้างความประหลาดใจให้แก่ชุมชนที่อาศัยกะทู้เป็นอันมาก จึงได้สอบถามจากคณะจิวและได้คำตอบว่าพวกเขาได้ประกอบพิธีเจี๊ยะฉ่ายแบบย่อๆ เนื่องจากไม่มีผู้รู้และผู้ชำนาญในการจัดประกอบพิธีเจี๊ยะฉ่ายแบบครบถ้วน พวกเขาเพียงแต่สักการะบูชากราบไหว้ขอขมาโทษ ระลึกถึงก๊วอ่องต่ายเต่หรือพระราชาอิราชทั้ง 9 พระองค์ตามความเชื่อของลัทธิเต๋านั่นเอง ทั้งนี้ทางกลุ่มคณะจิวก็ได้แนะนำและส่งต่อวิธีการไหว้เจ้าและการถือศีลกินผักให้ชาวกะทู้ด้วย

หลังจากชาวจีนและชาวบ้านกะทู้ได้ประกอบพิธีเจี๊ยะฉ่ายได้ประมาณ 2-3 ปี โรคภัยไข้เจ็บต่างๆ ได้ลดน้อยลง และหายไปมากที่สุด ทำให้พวกเขามีความเชื่อและศรัทธาเลื่อมใสในการถือศีลกินผักมากยิ่งขึ้น

✖ 10 ข้อห้ามในการกินเจ



1. งดกินผักฉุน
หรือผักที่มีกลิ่นแรง



2. งดกินเนื้อสัตว์

3. ไม่ควรกิน
อาหารรสจัด



4. ต้องกินอาหารที่
คนกินเจด้วยกันปรุง

5. ถ้วยชามจะ
ต้องไม่ปนกัน

8. หลุดจาไฟเราะ



7. แต่งกาย
ด้วยชุดขาว

6. ไม่ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต



9. งดดื่มสุราและ
ของมีแอลกอฮอล์

10. ห้ามดับ
ตะเกียงทั้ง 9 ดวง



ข้อปฏิบัติ ข้อห้าม และวิธีกินเจให้ถูกต้อง

สำหรับเทศกาลกินเจในเมืองไทย มีการแพร่ขยายไปแทบทุกจังหวัดที่มีชุมชนคนไทยเชื้อสายจีนอาศัยอยู่ แต่ทั้งนี้ก็มีทั้งคนที่ตั้งใจกินเจแบบเคร่งครัดเพื่อสร้างบุญ และมีทั้งคนที่อยากกินเจเพื่อสุขภาพเท่านั้น ว่าแต่...ทั้งสองอย่างนี้แตกต่างกันยังไง? แล้วการกินเจที่ถูกต้องจริงๆ ต้องทำยังไงบ้าง?

1. กินเจเคร่งครัด VS กินเจเพื่อสุขภาพ

กินเจเคร่งครัด: ต้องยึดถือหลักการถือศีลกินเจ กล่าวคือนอกจากงดเว้นการบริโภคเนื้อสัตว์แล้ว ต้องงดอาหารอื่นๆ ที่ได้มาจากการเบียดเบียนชีวิตสัตว์ เช่น นม เนย ไข่ ไขมันสัตว์ น้ำมัน ฯลฯ งดผักต้องห้ามที่มีกลิ่นฉุน 5 ชนิด ได้แก่ กระเทียม, หอมใหญ่หรือต้นหอม, หลักเกียวหรือกระเทียมโทน, กุยช่าย และใบยาสูบ ห้ามทานอาหารบนภาชนะที่ใช้ร่วมกับผู้ที่ไม่ได้กินเจ และต้องถือศีล 5 หรือศีล 8 ควบคู่ไปด้วย

กินเจเพื่อสุขภาพ: งดเว้นการบริโภคเนื้อสัตว์ ไข่ นม เพื่อให้กระเพาะไม่ต้องทำงานหนัก สามารถทานผัก ผลไม้ ได้ทุกชนิด เน้นทานผักเยอะๆ เพื่อรับวิตามินบำรุงร่างกาย และดีต่อระบบขับถ่าย เหมือนเป็นการดีที่ออกซ์ไลส์ไปในตัว

2. ก่อนกินเจต้องล้างท้อง

การล้างท้องหมายถึง เริ่มกินเจก่อนถึงวันเริ่มต้นเทศกาลจริง 1 วัน หรือ 1 มื้ออาหาร เพื่อให้ร่างกายได้ปรับสภาพ ส่งผลให้การย่อยอาหารและระบบขับถ่ายทำงานได้ดี

3. ข้อควรปฏิบัติเมื่อกินเจ

งดอาหารรสจัด ไม่ว่าจะเป็นเค็มจัด หวานจัด เปรี้ยวจัด หรือเผ็ดจัด, งดเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์, รักษาจิตใจให้บริสุทธิ์ รักษาอารมณ์ให้คงที่, ทำบุญ ทำทาน, ห้ามดื่มสุราและของมีเมา, ห้ามสูบบุหรี่, ห้ามดื่มน้ำเย็นทั้ง 9 ดวง ในศาลเจ้า โรงเจ โรงทาน หรือสถานที่อื่นที่จัดงานถือศีลกินเจ เป็นต้น

ข้อมูลอ้างอิง :

- https://bottomlineis.co/Lifestyle_culture_Vegetarian_Festival_Thailand
- <https://www.phuketvegetarian.com/history/>
- <https://pizzaandfooditalia.com/%E0%B8%82%E0%B9%89%E0%B8%AD%E0%B8%AB%E0%B9%89%E0%B8%B2%E0%B8%A1%E0%B8%81%E0%B8%B2%E0%B8%A3%E0%B8%81%E0%B8%B4%E0%B8%99%E0%B9%80%E0%B8%88-%E0%B8%81%E0%B8%B2%E0%B8%A3%E0%B8%81%E0%B8%B4%E0%B8%99%E0%B9%80/>