

# Vegetarian Festival

# กินเจ



สวัสดิ์ท่านผู้อ่าน @RAMA ที่น่ารักทุกท่านค่ะ

ในที่สุด พวกเราก็เดินทางมาถึงปลายปีกันแล้วนะคะ สำหรับในเดือนตุลาคมแบบนี้ ชาวตะวันตกอาจกำลังตื่นเต้นกับเทศกาลปล่อยผีอย่างวัน Halloween(/ˌhæləʊːɪn/) แต่สำหรับคนไทยเชื้อสายจีน (หรือไม่มีเชื้อจีนหรอก แต่อยากร่วมด้วยอย่างผู้เขียนเป็นต้น) แล้ว เทศกาลที่ตื่นเต้น (Exciting/ɪk'saɪtɪŋ/) ถ้ามองยังน่าอร่อย (Appetizing/'æpɪtaɪzɪŋ/) คงหนีไม่พ้นงานประเพณีถือศีลกินผัก หรือที่เรารู้จักกันแพร่หลายในชื่อ “เทศกาลกินเจ” (Vegetarian Festival/'vedʒə'teəriən 'festɪvl/) นั่นเอง

เทศกาลกินเจ หรือ กินเจ ภาษาจีนเขาเรียกว่า 素食节 (ออกเสียงว่า ชูสี่เจ) หรือ 九皇斋节 (ออกเสียงว่า จิวหวงจายเจ) (เป็นไงละ คอลัมน์นี้เริ่มอินเตอร์ขึ้นเรื่อย ๆ แล้วน้ำ ไม่ได้จำกัดแค่จะพูดพุดโป๊ให้ความรู้เรื่องศัพท์ภาษาอังกฤษเท่านั้น แต่ข้ามมาภาษาจีนด้วยแล้วจ้า) โดยจะเริ่มกินเจกันในทุกวันขึ้น 1 ค่ำถึง 9 ค่ำ เดือนเก้า ของปฏิทินจีนจันทรคติ (Lunar calendar/'lu:nə(r) 'kælɪndə(r)/) สำหรับเทศกาลกินเจ 2564 ปีนี้จะตรงกับ ตรงกับวันที่ 6 ตุลาคม - 14 ตุลาคม 2564 รวมเป็นเวลา 9 วัน ซึ่งบางท่านอาจจะล้างท้องวันที่ 5 ตุลาคม รวมเป็น 10 วันก็ได้ โดยคำว่า “เจ” ในภาษาจีนทางพระพุทธศาสนา หมายถึง “อุโบสถ หรือการรักษาศีล 8” ของศาสนาพุทธนิกายมหายาน (Mahayana Buddhism/'mɑ:hə'jɑ:nə 'budɪzəm/) ที่จะมีการรักษาศีลอุโบสถศีล ไม่บริโภคอะไรหลังเที่ยงวันตามหลักศีล 8 ข้อ และไม่บริโภคเนื้อสัตว์ เพื่อเป็นการไม่เบียดเบียนสิ่งมีชีวิต ช่วงหลังจึงเรียกคนที่ไม่กินเนื้อสัตว์ว่า “กินเจ” ไปด้วย ที่น่าสนใจคือ แม้จะเป็นเทศกาลที่คนไทยเชื้อสายจีนมักถือปฏิบัติกันเป็นประจำทุกปีจนแทบเรียกได้ว่าเป็นเทศกาลใหญ่ แต่ในประเทศจีนเองก็ไม่ได้ทำกันอย่างแพร่หลาย หรือเป็นเทศกาลใหญ่ที่มีประเพณีร่วมกันทั่วโลกเหมือนอย่างวันตรุษจีน แต่คนจีนที่กินเจส่วนใหญ่เป็นชาวจีนฮกเกี้ยน และแต้จิ๋ว อยู่ในมณฑลฟูเจี้ยน ซึ่งชาวจีนในละแวกนี้ก็มักอพยพย้ายถิ่นฐานมาอาศัยอยู่ในแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ เช่น มาเลเซีย สิงคโปร์ และภาคใต้ของประเทศไทย

มาถึงตรงนี้ ไม่เล่าถึงที่มาคงไม่ได้ แต่ตำนาน (Legend/'ledʒənd/) ที่มาของการกินเจเนี่ย มีเรื่องเล่าอยู่ถึง 7 เรื่องเลยทีเดียว! ถ้ายกมาเล่าทั้งหมดคงไม่ไหวกับหน้ากระดาษที่มีจำกัด ผู้เขียนเลยจะยกมาเล่าเฉพาะเรื่องที่น่าสนใจจนขนาดเป็นที่มาของชื่องานที่นิยมเรียกกันในหมู่ชาวจีนฮกเกี้ยนและแต้จิ๋วที่เดิมอาศัยอยู่ในมณฑลฟูเจี้ยนของประเทศจีนอันกว้างใหญ่ ว่า “เทศกาลเฉลิมฉลองของพระราชาราชทั้ง 9” (Nine Emperor Gods Festival/'nam 'empərə(r) gɒdz 'festɪvl/) หรือ

**九皇大帝 (ออกเสียงว่า จิวหวงต้าตี้)** ที่มีขึ้นเพื่อสักการบูชาพระพุทธเจ้าในอดีตกาล 7 พระองค์ และพระมหาโพธิสัตว์อีก 2 พระองค์ ตามความเชื่อของศาสนาพุทธนิกายมหายาน ต่อมาเมื่อชาวจีนที่มีความเชื่อดังกล่าวอพยพมาถึงเกาะเอเซียตะวันออกเฉียงใต้ตั้งที่กล่าวไปแล้ว พวกเขาก็นำเอาเทศกาลกินเจนี้ติดมาด้วย โดยมีการผสมผสานหลอมรวมเข้ากับรูปแบบความเชื่อของท้องถิ่น จนกลายมาเป็นเทศกาลกินเจแบบเฉพาะของลูกหลานชาวจีนในประเทศไทยในที่สุด โดยเฉพาะที่ภูเก็ต (ซึ่งนับได้ว่าเป็นอีกหนึ่งศูนย์กลางการฉลองเทศกาลกินเจที่ยิ่งใหญ่ที่สุดของประเทศ) ถึงขนาดมีเรื่องเล่าเป็นของตัวเองว่า **มีคณะจิว (Chinese opera/ ʈʃai'ni:z 'bprə/)** จากเมืองจินมาเปิดการแสดงที่อำเภอกระทุ้งน่านเป็นแรมปี แล้วช่วงนั้นเกิดโรคระบาดขึ้น คณะจิวจึงจัดให้มีพิธีกินเจ และสร้างศาลเจ้าขึ้นเพื่อสะเดาะเคราะห์ หลังจากนั้นโรคระบาดก็หาย ชาวกะทุ้งเกิดความศรัทธาจึงปฏิบัติตาม จนมีผู้คนเลื่อมใสปฏิบัติตามมากขึ้นเรื่อย ๆ ส่วนตำนานอื่น ๆ ที่นิยมเป็นไปในแนวทางของการละเว้นการเอาชีวิตของสัตว์ เพื่อเป็นสักการบูชาแก่พระพุทธเจ้า และ**มหาโพธิสัตว์กวนอิม (Guanyin /gwa:n'jin/)** อาจเนื่องจากการแพร่หลายของการละเว้นการกินเนื้อวัว ในกลุ่มคนที่นับถือเจ้าแม่กวนอิม การกินเจจึงเป็นอีกหนึ่งพิธีกรรมเพื่อสักการะนั่นเอง

แม้โดยทั่วไปจะนิยมเรียกขานเทศกาลนี้ในภาษาอังกฤษ ด้วยคำว่า **Vegetarian Festival** เพื่อให้เห็นภาพของการรับประทานผัก (ตามที่มีอีกชื่อว่า **“เทศกาลถือศีลกินผัก”**) แต่อย่างไรก็ตาม ในความหมายที่แท้จริงแล้ว การ **“กินเจ” (Vegan/vi:gən/)** ไม่ได้จำกัดแค่การเน้นรับประทานผักผลไม้ งดเนื้อสัตว์ แต่ยังรวมถึงการเครื่องปรุงที่มีส่วนประกอบของเนื้อสัตว์ เครื่องปรุงรสจัด ผักที่ให้รสและกลิ่นฉุน ทั้งยังมุ่งหมายให้มีการรักษาศีล ประพฤติตัวเป็นคนดีทั้งกาย วาจา ใจ อีกด้วย ดังนั้นนิยามของคำว่า **“กินเจ”** จึงมิใช่แบบเดียวกับการ**รับประทานมังสวิรัต (Vegetarian/vedʒə'teəriən/)** ซึ่งสามารถนำผักทุกชนิดมาปรุงได้ ในขณะที่อาหารเจ (ซึ่งจัดเป็นรูปแบบหนึ่งของมังสวิรัตได้เช่นกัน) ต้องมีการปรุงอาหารอย่างเข้มงวดกว่า งดอาหารรสจัด งดผักฉุน 5 ประเภท รวมถึงรักษาศีลให้จิตใจบริสุทธิ์อีกด้วย



ใครเป็น**สายเนื้อ (Meat Lover //mi:t 'lʌvə(r)/)** แบบผู้เขียนมาตลอดทั้งปีแล้ว อยากจะลด ละ เลิก เพื่อสุขภาพร่างกายสักปีละครั้ง ถือเป็นการล้างพิษให้ร่างกาย (**Detox /'di:tɒks/**) ไปในตัว การรับประทานเจในช่วงเทศกาลกินเจปีนี้ ก็ถือว่าเป็นไอเดียที่ไม่เลวนะคะ

อ้างอิง

- Amy Bensema. “Phuket Vegetarian Festival: Celebrating the Nine Emperor Gods Festival” [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก: <https://fan-clubthailand.co.uk/phuket-vegetarian-festival-celebrating-the-nine-emperor-gods-festival/>.
- Ashley Welton. “The Thai Vegetarian Festival is not for the average vegan — or fainthearted” [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก: <https://matadornetwork.com/read/thai-vegetarian-festival-not-average-vegan-fainthearted/>
- Gourmet&Cuisine. “อาหารเจกับมังสวิรัตต่างกันอย่างไรนะ?” [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก: <https://www.gourmetandcuisine.com/stories/detail/92>.
- แมวหง่าว. “ประวัติ เทศกาลกินเจ งานถือศีลกินผักของลูกหลานชาวจีน ที่คนจีนไม่ได้กิน?”. เข้าถึงได้จาก: <https://travel.trueid.net/detail/OzAw2ngkN0a7>.
- ภาษาจีน.คอม “เปิดโลกอักษรจีน เปิดโลกภาษาจีน”. “เทศกาลกินเจ”. เข้าถึงได้จาก: <https://pasajeen.com/ เทศกาลกินเจ-素食节 sù sh í jí é - หรือ 九皇斋节 jiǔ huáng zhāi jié />
- “ประเพณีกินเจ” [ออนไลน์]. เข้าถึงได้จาก: <https://sites.google.com/site/5701102081021mkone/>.



คอลัมน์ พูดพูดพอไฟกับรามาศฯ ขออนุญาตใช้พื้นที่นี้แสดงความยินดีกับ ศ. พญ.ศิรินธรา สิงห์ธา ณ อยุธยา รองคณบดีฝ่ายวิเทศสัมพันธ์และความร่วมมือวิจัยต่างประเทศ ผู้ให้การสนับสนุนคอลัมน์มาโดยตลอด ในโอกาสที่ท่านได้รับรางวัลโล่เกียรตินิยม “ด้านคุณธรรมจริยธรรม” ประจำปีการศึกษา 2563 จากแพทยสภา