

## เก็บเรื่อง มาเล่า

### กินเจ

โ จ หรือ แจ ในภาษาจีน มีความหมายทาง ศาสนาพุทธนิกายมหายานว่า “อุโบสถ” กินเจหมายถึงการกินอาหารก่อนเที่ยง ถ้ากินหลังเที่ยงจะถือว่ากินเจไม่ได้ เนื่องจากการถืออุโบสถของจีนจะต้อง ไม่นกินเนื้อสัตว์ จึงเพี้ยนไปว่าการไม่กินเนื้อ สัตว์เป็นการกินเจ ส่วนการไม่กินเนื้อสัตว์ เรียกว่า “กินคู่”

ประเพณีการกินเจมีหลายตำนาน ตำนานหนึ่งเล่าว่าในสมัยพระเจ้าแผ่นดิน ราชวงศ์ยี่นฮ่งตี้ ซึ่งชาวจีนนับถือมาก และถือว่าเป็นผู้วิเศษมีอยู่ด้วยกัน 9 องค์ พี่น้อง สวรรคตแล้วจิตเป็นดาวจรเซ่เรียง กัน 9 ดวง จึงเรียกว่าเป็น “เก้าฮวง สุดใจ้ว” ซึ่งจะเป็นผู้ที่ถือบัญญัติคนใน โลกมนุษย์ สามารถต่อชีวิตแก่ผู้สิ้นอายุขัยให้ขึ้นยาว ต่อไปได้ตามความต้องการ

ชาวจีนจึงถือวาระหว่างวันขึ้น 1-9 ค่ำ เดือน 9 เป็นวันที่ “เก้าฮวง สุดใจ้ว” จะลงมาตรวจสอดบจดับน้ทิกและบันดาลให้เป็น ไปตามกรรมดีกรรมชั่วของแต่ละบุคคล ช่วงเวลาดังกล่าวคนจีนจึงพากันยกเว้น อาหารสดคาวเสียชั่วคราว เพื่อแสดงว่าตน ได้ประกอบความดีให้พระเจ้าเห็น

แต่ผู้ที่กินเจในสมัยนี้ ส่วนใหญ่ต้องการ ละเว้นจากการเบียดเบียนเนื้อสัตว์ ด้วยการ



บริโภคบ้างสักกระยะหนึ่ง และถือเป็นช่วง ชำระล้างจิตใจให้ผ่องใส ให้อภัยผู้อื่นด้วย

นอกจากการกินเจจะไม่กินเนื้อสัตว์แล้ว ยังจะไม่รับประทานอาหารที่ให้กลิ่น เช่น ต้นหอม กระเทียม ไข่และนมด้วย ส่วนธง สีเหลืองที่ปักไว้เป็นสีของพระเจ้าแผ่นดิน แต่ที่พ่อค้าแม่ค้าปักไว้เพื่อบอกให้รู้ว่า อาหารที่เขาขายอยู่นั้นคนที่กินเจทานได้

หนึ่งถือเกี้ยว-ซุง--ฮวด-ไข่ ของจิตราก่อนนั้นทเกียรติ ระบุถึงการกินอาหารตาม ความหมายของการกินเจ คือไม่กินของคาว เพราะตั้งใจจะไม่ทำบาป และกินเพื่อสุขภาพ ดังนั้น กินเจคือไม่กินเนื้อสัตว์ และ ไม่กินผักฉุน 5 ชนิด คือ กระเทียม หัวหอม กุยช่าย หลักเกียว (คล้ายกระเทียม) และ ใบยาสูบ นอกจากนี้ การกินเจที่ถูกต้องคือ การกินรสชาติที่สะอาด ไม่มีงานหมักดอง เช่น เกี่ยมไฉ่ หน่าเลียบ สรูปคร่าวๆ ว่า การกินเจมีหลัก 4 อย่าง คือ

1. ไม่กินเนื้อสัตว์เลย ไม่ว่าจะ นมหรือไข่
2. ไม่กินผักฉุนทั้ง 5 ชนิดตามที่กล่าวมา
3. ไม่กินรสจัดและของหมักดอง และ
4. ต้องถือศีลครบถ้วน (ซึ่งหมายถึง ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์)

### นิมิต ประชาชื่น