

# Những Ngày Chay



HT Thiên Tâm

---o0o---

*Nguồn*

*www.quangduc.com*

*Chuyển sang ebook 11-08-2009*

*Người thực hiện :*

*Nam Thiên - namthien@gmail.com*

*[Link Audio Tại Website http://www.phatphaponline.org](http://www.phatphaponline.org)*

---o0o---

Ăn chay có hai phương diện: chay kỳ và chay trường. Ăn chay trường hay trường trai là hành giả tự nguyện suốt đời dùng chất thanh đạm, không thọ dụng đồ huyết nhục. Ăn chay kỳ thì có những thuyết: Nhị trai, Tứ trai, Lục trai, Thập trai, Nhứt nguyệt trai, Tam nguyệt trai.

Nhị trai là ăn chay mỗi tháng hai lần vào ngày mùng một và rằm. Tứ trai là ăn bốn lần chay trong tháng, vào ngày mùng một, mùng tám, rằm, hăm ba (hoặc ba mươi, mùng một, mười bốn, rằm). Nhứt nguyệt trai là ăn chay luôn trong một tháng, vào tháng giêng, tháng bảy, hay tháng mười. Cách thức ăn chay như trên, thật ra không có điển cứ, chẳng qua là bước tập lần để đi đến trường trai mà thôi. Bởi ăn chay dù rằng hữu ích và hợp lý, nhưng cũng tùy theo hoàn cảnh và căn cơ, không phải người Phật tử nào cũng có thể bỏ ăn mặn liền trong một lúc được. Vì muốn đạt mục đích trường trai, có người không y theo lệ trên, mỗi tháng tập ăn chay từ năm, mười, mười lăm ngày, lần lần cho đến trọn tháng.

Lục trai là ăn chay trong các ngày mùng 8, 14, 15, 23, 29, 30 (tháng thiếu 28, 29). Theo kinh Tứ Thiên Vương thì vào những ngày đó, Tứ Thiên Vương xem xét việc lành dữ của nhơn gian, và các ác quỷ cũng rình rập chờ

người làm ác để gia hại. Nên trong mấy ngày ấy, mọi người cần phải giữ gìn ba nghiệp không nên làm ác. Thêm vào đây, nếu kẻ nào biết trì trai, giữ giới, tụng kinh, tu phước, sẽ được tránh khỏi nạn tai, tăng phần phước huệ. Luận Trí Độ nói: "Tại sao trong sáu ngày trai, cần phải thọ tám giới và tu phước? Bởi vào các ngày ấy ác quỷ rình theo người muốn gia hại, gây những việc tật bệnh hung suy. Vì thế nên thuở kiếp sơ, trong mấy ngày đó, thánh Nhơn dạy người trì trai, tu phước, làm lành. Nhưng cách trì trai khi xưa chỉ lấy trọn ngày không ăn, gọi là trai. Đến khi Phật ra đời, chế lại cho thọ Bát quan trai giới trong một ngày đêm, và lấy quá Ngọ không ăn làm trai. Đức Thế Tôn đã bảo: - Nên như chư Phật, thọ trì tám giới và không ăn quá Ngọ trong một ngày đêm. Công đức ấy sẽ đưa người mau đến niết bàn!"

Thập trai là ăn chay mười ngày trong mỗi tháng. Kinh Địa Tạng, phẩm Như Lai Tán Thán nói: "Nầy Phổ Quang! Trong các ngày: mùng 1, mùng 8, 14, 15, 18, 23, 24, 28, 29, 30 (tháng thiếu 27, 28, 29) của mỗi tháng, các tội được kết tập để định phần khinh trọng. Nếu chúng sanh đời sau, vào mười ngày trai, đối trước tượng Phật, Bồ Tát, Hiền, Thánh, tụng kinh này một biến, thì mỗi phương đông, tây, nam, bắc, trong vòng 100 do tuần, không các tai nạn".

Tam nguyệt trai là ăn chay trong tháng giêng, tháng năm, tháng chín. Thuyết này phát xuất trong các phạm điển như: kinh Phạm Võng, kinh Đề Vị, bộ Hành Sự Sao Tư Trì Ký. Kinh Phạm Võng nói: "Trong sáu ngày trai và ba tháng trường trai, nếu sát sanh, trộm cướp, phá trai, phạm giới, phạm tội khinh cầu (đối với người thọ giới Bồ Tát). Kinh Đề Vị bảo: "Vào ngày mùng một tháng giêng, mùng một tháng năm, mùng một tháng chín, chư thiên Đế Thích, Thái tử sứ giả, nhật nguyệt quỷ thần, Diêm La ở địa ngục, trăm vạn chư thần an bố khắp nơi. Vì trừ tội danh, định phước lộc, mọi người cần trì trai trong ba tháng ấy". Trong Tư Trì Ký cũng có nói: "Trong tháng giêng, tháng năm, tháng chín, nghiệp cảnh ở cõi u minh theo vòng xoay chiếu đến châu Nam Thiệm Bộ. Người đời có bao nhiêu việc thiện ác, thủy đều hiện bóng rõ trong gương. Lại trong mấy tháng đó, Tứ thiên vương tuần thú đến Nam Châu, cũng là lúc ác quỷ đắc thế, vì vậy nên phải trì trai, tu phước".

Theo như trên, thì thuyết Lục trai, Thập trai và Tam nguyệt trai đều có điểm cứ. Nhưng để cho đúng với nghĩa trai, thì trong các ngày tháng ấy chẳng những ăn lạt, mà còn phải không ăn quá Ngọ mới phù hợp lời Phật dạy, và có lẽ được nhiều công đức hơn. Lại theo kinh Phạm Võng, đức Phật bảo không nên dùng ngũ tân gia vị vào thức ăn, vì những thứ ấy làm cho thân thể hôi và

dễ sanh các phiền não như ái dục, sân hận... Như thế thì muốn cho sự tu phước thêm phần toàn vẹn, vào ngày Lục trai hay Thập trai, người Phật tử nên thọ trì Bát quan trai giới, song phải ăn lạt và không dùng ngũ vị tân. Thọ trì Bát quan trai giới là giữ tám giới: không sát sanh, không trộm cướp, không tà dâm, không vọng ngữ, không uống rượu, không trang điểm, không tự hành và cố ý xem nghe ca múa âm nhạc, không ngồi nằm chỗ cao rộng sang đẹp; và giữ một phép trai là không ăn quá ngọ. Tám điều trước duy thuộc về giới, vì có công năng đóng ngăn cửa ác, nên gọi là Bát quan. Một điều sau gồm nghĩa trai và giới mà trai là phần chánh, nên mới thêm chữ "trai" sau hai chữ Bát quan. Như thế, tổng hợp lại chín điều gọi là Bát quan trai giới. Và đây là nghĩa giải thích của Trí Độ Luận.

Về việc trong những ngày tháng Lục trai, Tam ngoạ trai ác quỷ đặc thế, có thuyết nói vào thời gian ấy các ngoại giáo bên Ấn Độ thường theo thông lệ giết sanh vật cúng tế thần linh, hoặc cắt lấy máu thịt nơi thân để làm phép hộ ma. Và bởi duyên có đó, những ác quỷ cũng y theo lệ mà đi tìm ăn đồ huyết nhục. Do sự kiện này, vào các ngày trên, đức Phật khuyên đồ chúng nên giữ trai giới không được sát sanh, để phản ảnh phong thái từ bi của thánh đạo. Nếu quả như thế thì sự ăn lạt vào các ngày trai lại càng hợp lý hơn.

Ăn chay đã vâng giữ theo lời Phật dạy, có lợi ích, hợp tình lý như trên, thì tất cả Phật tử đều nên tùy hoàn cảnh, khả năng tập lần, để tiến bước lên đường phước huệ. Điều cần yếu là khi ăn phải từ nơi cơ bản thiết thật của nó, không nên vì mê tín phi lý, vì háo danh muốn được tiếng khen mà ăn, hoặc sanh lòng kiêu mạn trở lại khinh người ăn mặn. Lại ăn chay phải hợp vệ sinh, biết chọn lựa thay đổi thức ăn, không nên ép xác cố ăn một cách quá kham khổ. Cũng không nên nấu chay giả thành đồ mặn mà làm trò cười cho thế gian.

---o0o---

Hết