

Vấn đề ẩm thực trong đạo Phật

Tỳ kheo Thiện Minh dịch Việt

Nguyên tác: Sanjivaputta. "Are you herbivore or carnivore?". England, 1992

[Phần II]

-oOo-

11. Bữa cơm cuối cùng của Đức Phật Tô Gotama: Nấm hay thịt lợn?

Danh từ "Sukara-Maddava" xuất hiện mười hai lần trong toàn bộ Tam tạng Kinh điển tiếng Pàli [24]. Từ này được gặp sáu lần trong kinh Đại Bát Níp-bàn (Mahaparinibbana sutta) thuộc tạng kinh Trường bộ (Dīgha Nikāya) và sáu lần nữa trong kinh Cunda (Cunda sutta) thuộc kinh tạng Tiểu bộ (Khuddaka Nikāya). Hai kinh văn này đề cập cùng một sự kiện là gia chủ Cunda, một thợ vàng giàu sang mời và cúng dường Đức Phật Tô Gotama món sukara-maddava. Thực phẩm này là bữa ăn cuối cùng của Đức Phật trước khi ngài nhập vô dư Níp-bàn (Mahaparinibbana).

Gần đây, có người đã dịch danh từ sukara-madava thành "một loại nấm mà lợn thích ăn" hay "một loại nấm mọc dưới đất bị lợn dẫm chân" hay "một loại nấm mọc ở nơi mà heo ở" [25]. Không biết chính xác ai là người đầu tiên đã dịch danh từ này như thế, nhưng tin chắc là bản dịch này sẽ được những người ăn chay hoàn toàn ủng hộ [26]. Từ rất lâu họ đã thể hiện nhiều phương pháp khác nhau để chứng minh Đức Phật ăn chay. Bản dịch này nên thẩm xét lại kỹ hơn.

Trong quyển kinh chú giải Trường bộ (Sumaigalavilasini) của trưởng lão Buddhaghosa [27] viết rằng những gì được gọi là sukara-maddava là "thịt lợn loại cao cấp, trong lửa vừa phải - không quá già mà cũng không quá non - mềm và được phục vụ ngoài thị thành cho mọi người tiêu dùng (pavattamamsa)". Trưởng lão Dhammapala, tác giả quyển chú giải Paramatthadīpani thuộc Tiểu bộ kinh, có cùng quan niệm như vậy [28]. Ngoài ra trưởng lão Buddhadatta viết quyển Mathurathavilasini - chú giải bộ Buddhavamsa (Phật sử) thuộc Tiểu bộ - cũng tuyên bố rằng một trong ba mươi điềm tương đồng của chư vị Chánh Đẳng Chánh Giác (sammāsambuddhas) là: bữa ăn cuối cùng của ngài trước khi Níp-bàn là "thịt thú vật" (parinibbānadivasemaṇṇa sarasa-bhojanau). Trong Tam tạng Thái Lan và Miến Điện (đã dịch sang tiếng Anh) thì danh từ sukara-maddava được dịch là "thịt heo mềm" [29].

Nếu nguồn gốc của từ ngữ đã được thẩm định, thì giá trị của bản dịch không nên nghi ngờ nữa. Thuật ngữ sukara-maddava được phân chia làm hai từ: "sukara" và "maddava". Trong từ điển Pàli được biên soạn do Robert Caesar Childers, và trong quyển thuật ngữ Pàli do Dines Anderson biên soạn, cũng như trong quyển Pàli-Anh, do trưởng lão Buddhadatta biên soạn thì danh từ sukara được dịch là "lợn" mà tính từ maddava được dịch là "mềm". Như vậy căn cứ vào nguồn gốc của từ ngữ, thuật ngữ sukara-maddava thật sự không có liên hệ gì đến bất kỳ loài "nấm" nào cả.

Cũng nên biết rằng, gia chủ Cunda là một Phật tử [30]. Ông biết Đức Phật Gotama sức khỏe bị suy yếu. Ông cố ý nấu món sukara-maddava này, với lòng mong muốn là món ăn này sẽ gia tăng sức khỏe cho ngài. Cunda lẽ nào dám liều cúng dường bậc đạo sư một món nếm, mà đã biết rằng là "có thể" nguy hại [31], và theo như các nhà dinh dưỡng học, có thể gây sự yếu ớt, nhiều độc tố và lẫn cái chết nữa. Và lại, nếm là thực phẩm có rất ít chất dinh dưỡng để sử dụng cho việc tăng lực [32]. Nói một cách khác, nếm không có nhiều chất dinh dưỡng bằng bắp cải, cho nên rất đại kỵ mới nghĩ rằng nó sẽ làm gia tăng sức khỏe. Cũng nên biết rằng, cái chết của Đức Phật thật sự không phải chết vì dùng sukara, thịt lợn (sukara-maddava), do gia chủ Cunda cúng dường - như nhiều người lầm tưởng - mà vì cơ thể của ngài đã cạn kiệt và vì cuộc đời của Thế Tôn đến lúc phải ra đi. Ba tháng trước, ngài đã quyết định nhập diệt vào ngày trăng tròn tháng tư âm lịch (vesakha). Sự việc này như đã được ghi lại trong kinh Đại Níp bàn (Mahāparinibbāna) và kinh Cunda, Đức Phật Gotama không bao giờ nói rằng thịt lợn (sukara-maddava) do gia chủ Cunda cúng có độc tố [33]. Ngài chỉ nói là trong thế giới này không có ai dù là Bà la môn, đạo sĩ, trời, ma vương hay Phạm thiên nào có thể tiêu hóa (jirapeti) thực phẩm đó, ngoại trừ Như Lai. Ngài Nagasena và Buddhaghosa đã chú giải là khi thịt lợn (sukara-maddava) được nấu, có nhiều vị chư thiên thêm gia vị cực bổ vào, lý do là các vị nghĩ rằng đây là bữa cơm cuối cùng của Đức Phật Gotama. Nhận biết được điều này, Đức Phật gọi gia chủ Cunda dùng có cúng dường món thịt lợn chứa gia vị cực bổ này cho chư Tỳ khuru tháp tùng theo ngài, bởi vì nó có lẽ "quá liều" đối với chư vị mà chỉ có đức Như Lai mới có thể thọ dụng được. Như vậy việc dịch thuật ngữ sukara-maddava thành nếm và đoán chừng rằng cái chết của Đức Phật là do độc tố của nếm thì thật sự không đúng.

Điều này thực sự không quan trọng và người Phật tử không nên sử dụng vấn đề này để tranh luận. Cho dù "sukara-maddava" có thật sự là nếm hay không, thì không thể nào sử dụng thuật ngữ trên để làm cứ điểm cho việc biện hộ ăn chay. Loại thực phẩm mà Đức Phật dùng không thể dựa vào bữa ăn cuối cùng của Đức Thế Tôn. Nhiều nguồn kinh điển Tam tạng quả quyết cho là Đức Phật đã có thái độ của ngài về việc ăn chay, và ngài đã áp dụng ăn chay cho chư vị đệ tử.

[\[Đầu trang\]](#)

12. Một vị Bồ-tát phải thực hành việc ăn chay không?

Một số người nói rằng, ý tưởng hình thành việc ăn chay là do Bồ Tát Sĩ Đạt Đa khổ hạnh sáu năm ở chôn rừng già Uruvela, bởi vì lúc đó ngài chỉ dùng trái cây thối, không ăn cá hay thịt. Thật sự đây là một sự lầm lẫn - nếu không muốn nói đây là chuyện bịa đặt. Ngài khổ hạnh chỉ vì hành động bất thiện của Ngài trong kiếp quá khứ, đó là Ngài nhục mạ Đức Phật Ca Diếp (Kassapa). Như vậy thực sự khổ hạnh không có hàm ý là Bồ Tát luyện tập tâm bác ái. Việc ăn chay không phải là một trong những hạnh tu pháp độ (paramita) do chư vị Bồ Tát tu tập. Và lại, những pháp độ của ngài phải hoàn thành trước khi Bồ Tát tái sinh lên cõi trời Đâu suất (Tusita) nơi mà Bồ Tát đợi lúc thích hợp để giáng trần.

[\[Đầu trang\]](#)

13. Việc thực hành ăn chay do các tu sĩ

Đức Phật Gotama không bao giờ yêu cầu hay cấm các tu sĩ ăn chay. Nếu tu sĩ nào cảm thấy hoan hỷ, chấp thuận và thoải mái trong việc ăn chay, thì tự do mà ăn. Tuy nhiên việc ăn chay không nên tu tập chỉ vì các giáo điều khác nhau do chính Đức Phật cấm chế và cũng không nên tu tập một cách mù quáng và mê tín, vì việc ăn chay không có cơ sở trên mặt giáo lý. Giới luật cấm các tu sĩ hỏi xin bất cứ thực phẩm nào từ thí chủ - ngoại trừ bị bệnh - một thầy Tỳ khuru ăn chay không được chỉ dẫn cho thí chủ chuẩn bị thực phẩm đặc biệt mà không có dung chứa cá hoặc thịt. Vị ấy phải thọ nhận bất cứ lễ phẩm cúng dường nào của đàn-na dâng cúng. Nếu không, vị ấy không phải là Tỳ khuru đệ cúng dường (subhara).

Sự khó khăn trong việc tìm kiếm thực phẩm chay không phải là vấn đề cho sự vi phạm của bất cứ luật lệ chính nào khác. Vị Tỳ khuru nên hiểu và ý thức rằng luật nào là căn bản, và luật nào là kém quan trọng; luật nào phải ưu tiên gìn giữ và luật nào chỉ phụ thuộc thôi.

Lại nữa, thầy Tỳ khuru không nên khoe khoang với người khác hoặc đại chúng là mình không ăn cá, thịt. Vị ấy phải biết an lạc cho chính mình. Trong bất cứ hoàn cảnh nào, mục đích chính của các giới luật là tu tập, kiểm điểm chính mình, không có cống cao ngã mạn, khoe khoang hay ích kỷ. Nói khác hơn, ăn chay phải được tu tập không vì đó mà xem thường, lỗi phải hay nhạo báng những Tỳ khuru không ăn chay [34], hay vì mục tiêu nào khác không phù hợp pháp luật - như Đề Bà Đạt Đa (Devadatta) đã làm, ông là một trong những người ăn chay đầu tiên. Nếu không, vị Tỳ khuru ăn chay sẽ không làm giảm bớt, mà trái lại còn tăng thêm phiền não cho mình.

Và lại, vị Tỳ khuru ăn chay phải ý thức rằng ăn chay chỉ là việc thực tập và không nên tuân theo một cách mù quáng. Nếu như coi thường điểm chính yếu này, vị ấy sẽ không thể đạt được sự thanh tịnh hay giác ngộ. Thậm chí đạo quả thấp nhất, Tu đà hườn (Sotapanna), cũng không bao giờ thành tựu được vì vị đó tự mình dính mắc mình vào các giới luật và giới cấm thủ (silabbataparāmāsa).

Đối với những Tỳ khuru, việc thực hành ăn chay đôi khi là một cảm nhận vui thích. Có một Tỳ khuru nói với đệ tử của mình là thầy sẽ ăn chay vài tháng thôi. Vì theo giới luật, Tỳ khuru không được từ chối bất cứ thực phẩm nào đã dâng cúng cho mình - ngoại trừ nó trái với pháp và luật. Vị đó nhận, nhưng không ăn thực phẩm có dung chứa cá và thịt.

Một ngày nọ, có thể cho là ngày bất hạnh, một đệ tử hỏi Tỳ khuru: "Thưa ngài, ngài có biết là thực phẩm người nọ cúng dường, mà ngài vừa ăn có thịt không?" Gặp phải câu hỏi lắt léo này, Tỳ khuru im lặng một lát. Tuy nhiên vì ngài sáng trí, nên ngài lấy lại điềm tĩnh, tìm ra câu giải đáp với ba tiêu chuẩn được dùng thịt. Ngài nói: "Này ..., tôi không thấy, nghe hay nghĩ ngờ thực phẩm đó có thịt. Nếu tôi biết trước, dĩ nhiên tôi sẽ không ăn". Câu trả lời này được chấp nhận bằng một nụ cười và cái gật đầu nhẹ giống như cậu bé đã bị cha khiển trách.

Điều khác nhau giữa ăn chay và tam tịnh nhục ví như thanh gươm và vỏ kiếm. Tam tịnh nhục có thể so sánh với thanh kiếm, còn ăn chay giống như bao kiếm. Trong điều kiện an toàn, người ta có thể thương thức và khoe khoang vẻ đẹp của bao kiếm có cán và trang trí ngọc ngà trong khi đó lưỡi kiếm thì có thể quên lãng trong bao. Tuy nhiên trong hoàn cảnh nguy cấp, thanh kiếm có thể được sử dụng để tự vệ và hữu ích hơn bao kiếm nhiều.

Từ ví dụ trên, chúng ta thực sự biết thực hành ăn chay là một điều kiện khó khăn, đặc biệt đối với những ai không nấu ăn giỏi. Ví dụ người tu khó phân biệt được đậu hũ chiên với đậu đũa và đậu hũ chiên với mỡ lợn. Thiên nhiên không có ưu đãi ti giác của con người giống như thú vật. Nhưng giả sử vị ấy đã có khả năng đặc biệt như vậy, thì vị xuất gia đó sẽ đối diện một số khó khăn, đặc biệt là trong điều kiện giao tế. Chắc chắn điều đó không phù hợp cho bậc xuất gia người thực phẩm nhiều lần khi mình sắp sửa ăn.

[\[Đầu trang\]](#)

14. Người cư sĩ thực hành việc ăn chay

Khác biệt với những người xuất gia, người cư sĩ sẽ không gặp nhiều khó khăn trong việc ăn chay bởi vì họ có thể, chọn lựa và nấu nướng cho chính mình, sử dụng hương vị nào họ muốn. Một khó khăn nữa có thể đương đầu là để ngăn chặn không cho côn trùng rơi vào thực phẩm. Nếu việc này xảy ra, họ sẽ rơi vào tình trạng nghi hoặc bởi vì không có thánh điển nào chứng minh rõ cho người cư sĩ là thực phẩm đó vẫn còn là thực phẩm nguyên chất hay không. Căn cứ trên mặt luận lý, thực phẩm này không thể được coi là thanh tịnh nữa. Tuy nhiên, nếu thực phẩm được cho là món ăn không còn là chay, thì không người nào thành công trong việc thực

hành ăn chay thanh tịnh! Có bất cứ thực phẩm nào mà chưa từng bị xác chết của côn trùng làm ô uế hay đụng chạm vào? Câu hỏi này được người tại gia trả lời: Nếu gạo, bột mì và những món khác bị pha tạp với xác chết côn trùng thì được xem là thực phẩm chay hay không? Nếu rau trái và những sản phẩm nông nghiệp khác có dung chứa sâu bọ, côn trùng hay trứng của nó thì có được cho là thực phẩm chay hay không? Đậu hũ do những người khác cầm tay mà tay người đó vừa mới cầm thịt thì đậu hũ đó còn là thực phẩm chay hay không?

Cho đến nay chưa có tiêu chuẩn nào để giải tỏa sự thắc mắc này. Cho nên sự thành tựu trong việc ăn chay vẫn còn hoài nghi [35].

[\[Đầu trang\]](#)

15. Ăn chay trong thời đại mới

Không có phủ nhận rằng thời đại hôm nay con người cần phải có, và thậm chí bắt buộc phải có những nhu cầu sống cơ bản như quần áo, thực phẩm, chỗ ngủ và thuốc men, được sản xuất ở những nhà máy và được buôn bán ngoài chợ. Hiện nay trong những sản phẩm đó có nhiều loại được làm bằng nguyên liệu lấy từ nguồn gốc động vật. Thậm chí những thứ vật dụng dùng hàng ngày, được phục vụ mọi nơi, cũng không tránh khỏi chúng. Những nhà quan sát học nói rằng kem đánh răng Colgate, xà bông Camay, Palmolive bán ở thị trường Los Angeles, Hoa Kỳ có dung chứa mỡ lợn [35].

Theo quan niệm thực tế này, thời nay người ta có thể ăn chay một cách nghiêm túc được không? Nếu có thể, người ta sẽ đánh răng bằng bột; tắm bằng đá sông thay cho xà bông, hay nói khác hơn là người ta trở về lối sống nguyên thủy. Một lối sống khoan dung hơn, là không biết tới nguyên liệu hay những thành tố của sản phẩm do nhà máy sản xuất. Giá như không có xương động vật vào trong kem đánh răng, xà phòng, nước tương, dầu ăn... nên xem xét các sản phẩm cho phép, không chế tạo bằng bất cứ bộ phận nào của thú vật! Tuy nhiên nếu chọn lối sống này thì nên trả lời câu hỏi: "Cách sống này có thích nghi với tinh thần ăn chay ngày xưa không?"

[\[Đầu trang\]](#)

16. Việc ăn chay hay Bát giới: Một sự lựa chọn tùy duyên

Vì cả hai đều liên quan đến cái ăn, sự ăn chay thì thường nối tiếp với tám giới (Atthasila), giới thứ sáu là không dùng thực phẩm phi thời. Hầu hết những tu sĩ Đại thừa ăn chay mà không gìn giữ giới luật này theo giới luật của hệ Pàli tạng thì điều này sẽ phạm tác ác (paccittiya) [36].

Đường như là hai giới luật đó được xem như là có thể thay đổi cho nhau, hoặc chọn lựa tùy duyên. Theo sự lý giải: "Ai cảm thấy ăn chay thoải mái thì cứ ăn chay, còn ai hoan hỉ giữ giới thứ sáu thì cứ gìn giữ. Dù sao đi nữa cả hai đều có chiều hướng phát huy đức hạnh như được thấy trong pháp của Đức Phật" [37].

Thật sự lời lý luận này không phù hợp với giáo lý chọn truyền của Đức Phật tổ Gotama. Tội thiếu lời lý luận này cũng soi sáng sự ngang bằng giáo lý của Đức Phật và kiến nghị việc không ăn cá, thịt của Devadatta.

Việc đối chiếu ăn chay với điều giới luật thứ sáu của bát giới là một điều không phù hợp, khác với vị trí không chính thống của ăn chay. Tám giới chính thức do Đức Phật Gotama dạy như là phương tiện sinh thiên hoặc thanh tịnh hóa. Cho nên người nào thay thế giới thứ sáu với điều ăn chay là một điều không thận trọng lắm. Chắc chắn còn nhiều người vẫn chưa hiểu giới luật thứ sáu.

Giới luật thật sự không chỉ là quy luật về oai nghi tế hạnh, mà còn là truyền thống tu tập của chư Phật, chư Tỳ khuru và người tại gia cư sĩ nhiều thời đại qua. Sau khi Tỳ khuru vi phạm, Đức Phật mới cấm giới luật. Tuy nhiên điều đó không có nghĩa là giới luật không được biết đến trong một hình thức nào khác trước đó. Một Tỳ khuru phạm luật chỉ là một động cơ chính để đức Bổn Sư bắt đầu cấm chế chính thức giới luật. Vì lý do trên, chắc chắn không đúng khi quá quyết là những giới luật là do Đức Phật Gotama thiết lập theo ý muốn riêng tư và sở thích của ngài. Như thế, sự sửa đổi giới thứ sáu của bát giới do những nhà tu Đại thừa không những ám chỉ việc tổn hại trong việc hành trì giới này, mà còn có nghĩa đánh mất truyền thống đã được chư Phật chế định!

Người ta quan niệm là lợi ích của giới thứ sáu trong bát giới là chỉ để thực hành việc điều độ trong sự ăn uống, kỷ dư, không còn lợi ích nào khác nữa. Dĩ nhiên cách nói như vậy thì chưa đúng. Ngoài lợi ích tiến bộ tâm linh, gìn giữ giới thứ sáu cũng duy trì sức khỏe tốt. Thực tập giới thứ sáu, cũng được gọi là "nhịn đói với nước trái cây" [38]. Trong danh từ y dược học hiện đại cho biết là hữu ích cho sức khỏe ở nhiều nước đã phát triển: Mỹ, Đức, Thụy Sĩ, Nga.

Viện nghiên cứu y học nổi tiếng thế giới, Karolinska ở thủ đô của Thụy Điển giới thiệu nó như là một phương pháp chữa bệnh có kết quả. Lúc nhịn ăn thân thể không thu nhận protein và mỡ, cho nên nó thiếu đốt và tiêu hóa đi các tế bào của nó trong quy trình cho là "sự tiêu hóa". Nhờ sự chọn lựa và tiêu hóa đi những tế bào không tốt, già nua hay chết chóc, thân thể tự tổng cận bã và độc tố mà nó đã dung chứa. Bác sĩ Otto Buchinger gọi phương pháp nhịn ăn này là "xả cận bã, đốt cháy rác rến". Trong giai đoạn kiêng ăn, ống dẫn đồ ăn, gan và thận có lẽ hoạt động có kết quả hơn, vì chúng tạm ngưng việc xử lý thực phẩm mới, chỉ còn sự đào thải cận bã và hoá chuyển độc tố loại trừ ra khỏi thân thể. Đồng thời, sự cấu tạo tế bào mới đang gia tăng nhanh không ngại thân thể thiếu protein trong lúc nhịn ăn, bởi vì chất protein trong thân thể là trạng thái sinh động, có lẽ liên hồi tái tổng hợp và tái thực hiện cho các điều kiện khác của thân thể [39].

Một số nhà khoa học hiện nay có thể chứng minh rằng thân thể có thể tiêu hóa, chế tạo và tiếp thu những chất dinh dưỡng có kết quả hơn vào sáng sớm. Do đó, buổi sáng là thời điểm tốt nhất cho loài người, loài thú để ăn (ngoại trừ thú ăn đêm) mà ban đêm là thời điểm tốt nhất cho việc nghỉ ngơi. Cho nên nếu ai ép buộc bao tử, ruột và những cơ quan tiêu hóa khác làm việc cả ngày lẫn đêm thì nguy hại cho thân thể.

[\[Đầu trang\]](#)

17. Ăn chay và sức khỏe

Những lợi ích tôn giáo về việc ăn chay đã được đề cập đến trong những phần trước. Bây giờ chủ đề cuối cùng để thảo luận là ăn chay và kết quả của nó về sức khỏe thân thể. Có một ý kiến cho là ăn chay sẽ có sức khỏe và mạnh mẽ hơn. Tuy nhiên cũng có ý kiến đối lập cho là ăn cá và thịt sẽ mạnh mẽ và khỏe hơn. Ý kiến nào đúng hơn? Không có câu trả lời xác định cho câu hỏi này.

Nói một cách khác, dù ăn chay hay ăn mặn, ăn cách nào có lợi ích cho sức khỏe thì tùy thuộc vào từng cá nhân. Đối với người bị một số bệnh như: dị ứng, căng thẳng thần kinh, bệnh tim... hay người có chất cholesterol cao thì ăn chay (chính xác hơn là ăn kiêng) có thể thật sự lợi ích cho sức khỏe của họ. Tuy nhiên đối với trẻ em ăn chay chắc chắn sẽ cản trở sự phát triển cơ thể của chúng, đặc biệt là sự phát triển bộ não. Dung lượng protein trong những sản phẩm nông nghiệp luôn luôn không thể thay thế nhu cầu protein động vật của cơ thể. Điều đó cũng nên hiểu rằng cá và thịt dung chứa những chất dinh dưỡng ít có trong cây rau hoặc trái, vì dụ vitamin B12. Vitamin B12 không thể sản xuất một cách tổng hợp là có lợi ích cho việc hệ thống và thay đổi những tế bào mới. Ngoài chứng bệnh thiếu máu, không có đủ vitamin B12 có thể gây nên sự mệt mỏi thần kinh, và thiệt hại bộ não. Những triệu chứng là tê liệt, rối loạn

thần kinh và hoang tưởng. Nếu không điều trị sớm, kết quả sẽ là suy giảm tâm thức thường xuyên và bại liệt [40].

Chắc chắn là tuyệt đối không ăn cá thịt dẫn đến việc ảnh hưởng xấu cho sức khỏe. Nếu không, vì sao những hội sức khỏe đề cao thực phẩm cá, thịt và sữa. Một số người ăn chay ở phương Tây cho dùng sữa, trứng và cá cá nước ngọt, e rằng ăn chay quá khe khắc có thể tổn hại cho sức khỏe. Như thế, có thể kết luận là ăn chay chỉ phù hợp cho ai vấp phải một số bệnh nào đó, ai tiêu thụ chất dinh dưỡng quá mức, hay người lao động nhẹ, bởi vì họ không cần thiết nhận nhiều protein động vật hay những chất dinh dưỡng khác có dung chứa từ cá và thịt. Trái lại, trẻ thơ, người kém chất dinh dưỡng hoặc người làm việc nhiều mà sự tiêu thụ chất protein của động vật và những chất bổ khác trong cá, thịt, sữa được đòi hỏi với số lượng lớn, không nên cố ăn chay, ngoại trừ xét thấy có lợi cho sức khỏe.

[[Đầu trang](#)]

18. Tóm lược

Sau khi xem xét những lời dạy đã được trình bày trong quyển sách này, bây giờ độc giả có thể trả lời đúng câu hỏi: "Quý vị là người ăn động vật hay thực vật?" Câu trả lời là phải phù hợp với giáo pháp, lời dạy nguyên thủy của Đức Phật, là ăn thế nào cũng được. Người tu chân chính không để mắc mứu trong điều khó xử về ăn chay. Tấm gương thận trọng của Đức Phật là việc hướng dẫn tốt để đối diện cũng như khắc phục những vấn đề ăn chay.

Người tu không nên cho mình là người ăn thịt; dường như mình là người bán hàng cho những nhà sản xuất thực phẩm làm bằng cá, thịt; cố làm giàu có qua việc bán thịt và vô tình biến mình cho việc giết thú lấy thịt bán. Nhưng người tu cũng không nên cho mình là người ăn chay, truyền bá cho việc ăn chay, thu hút người khác sống theo cách sống của mình một cách u mê. Người tu là người có "lối sống độc nhất" trong sự cung ứng điều kiện thực phẩm của mình.

Như vậy để trả lời câu hỏi cho chủ đề của quyển sách này, người tu hành phải nói thẳng thắn: "Tôi không phải là người ăn động vật mà cũng không phải là người ăn thực vật! Tôi là người ăn bất cứ thực phẩm nào phù hợp giáo pháp, lời dạy của bậc giác ngộ".

[[Đầu trang](#)]

Lời bạt

Đọc cuốn sách "Vấn đề ẩm thực trong Phật giáo," chúng ta thấy ý nghĩa của sự tu hành là gì? Phương pháp để đạt được cứu cánh (Niết Bàn) của người tu Phật ra sao? Hành giả tu Phật sai mục tiêu lý tưởng sẽ không đạt được kết quả tốt đẹp, công phu hành đạo nó sẽ thành tự đầu độc và đi hại đến tư tưởng bản thân và quần chúng.

Cho nên tôi nhận thấy cuốn sách bàn về vấn đề ẩm thực này rất có ý nghĩa thời sự đối với những người mong muốn giạt được đạo hơn là tự hành chánh đạo. Diễn hình như một số tiêu đề mà nội dung cuốn sách đã nêu như:

1. Vấn đề ăn chay, ăn mặn đã có lắm ý tưởng mâu thuẫn nhau. Tu sĩ Phật giáo Nam Tông căn cứ theo luật Phật buộc người xuất gia phải sống bằng thức ăn đi trì bình khất thực. Các tu sĩ không hề dám đề ra những cao kiến trên Phật đề canh tân giáo pháp. Các tu sĩ không được có của riêng, ngoài tam y và quả bát. Các triết gia Hy Lạp thì đề cao thuyết ăn chay. Ngày nay các tu sĩ Việt Nam phái Bắc Tông cũng đề quyết hạnh ăn chay.

2. Người thì có ý hướng lệch lạc tiếc nuối theo học thuyết chay lạt và đi xa hơn là khuyên "Nên ăn chay vì nó là yếu tố có được sự thanh tịnh". Họ cho rằng ăn chay sẽ đạt được mục

tiêu. Điều này chính là điểm khác nhau với phái Nam Tông. Đức Phật đã thuyết giáo rằng: "Có giới mới có định, có định mới có tuệ."

3. Ăn chay có thay đổi được tánh nết không? Một vị Bồ Tát, Phật có thực hành việc ăn chay không? Ăn chay có đảm bảo sức khỏe cho mọi người không?

Tác giả cuốn sách có nghiên cứu chính chắn, có kết hợp các ngành khoa học xã hội, Tôn giáo học, ngành y học... và được dịch giả Tỳ kheo Thích Thiện Minh phiên dịch khá chính xác, vạch rõ được ý nghĩa của bản chính. Theo tôi vấn đề này hoàn toàn phù hợp với lời Phật dạy là sống nhờ thiên hạ và vì thiên hạ. Tôi rất hy vọng cuốn sách nhỏ bé này sớm ra đời, để phần nào khai thông được những tư tưởng xa lạ phi Phật tánh của một số người chưa hiểu được bản thân phải làm gì để đạt được cứu cánh của người tu Phật.

Tiền sĩ Thái Văn Chải

[[Đầu trang](#)]

Chú thích:

[1] Theo quyển "Bách Khoa Thế Giới", phần Tổ chức kinh doanh, Chicago

[2] John Blofeld là tác giả viết kinh điển Phật Giáo Đại Thừa nổi danh, dường như ông đã xem thường sự kiện lịch sử trong khi đó ông đã tuyên bố sai lầm: "Những quyển sách cổ ở Ấn Độ cho thấy rằng việc ăn chay không được biết đến trong suốt thời gian Phật giáo truyền bá trên đất nước này". Chính những nhà học giả Ấn Độ giáo thừa nhận rằng ăn chay cũng được tìm thấy từ Phật giáo.

[3] So sánh điều này với lời dạy của kinh thánh trong Matthew XV, 10-19 có đoạn như sau: "Không có thứ gì ăn vào hay nhả ra mà làm cho người ta nhơ bẩn, nhưng con người nhơ bẩn là vì ác ý, sát hại, tà dâm, gian tham, trộm cắp..."

[4] Điều quan trọng để hiểu là thuật ngữ "vaniija" trong ngữ cảnh này chỉ liên quan đến hành động buôn bán, chứ không liên quan đến việc mua sắm.

[5] Bị vô minh áp chế và vì nhân duyên cũng như những cá tính tự nhiên; loài thú không thể nâng cao sự tiến bộ, phát huy sự hiểu biết hoặc làm tăng trưởng tính khôn ngoan được.

[6] "Người Phật tử tin gì?", Kuala Lumpur. Hội truyền bá Phật giáo, năm 1973, trang 78.

[7] Luật Đại Thừa của Tỳ khưu Yen Kiat, xuất bản năm 1960, trang 60.

[8] Kinh Lăng Nghiêm (Surangamasutra) do Charles Luk dịch, London ấn hành năm 1966, trang 153.

[9] Kinh Lăng Già (Lankavatarasutra) do Daisetz Teitaro Suzuki dịch, London ấn hành năm 1973, trang 211-221

[10] Luật Đại Thừa (Mahàyànavinaya) do Tỳ khưu Yen Kiat biên soạn, Bangkok ấn hành năm 1960, trang 60.

[11] Trường Bộ, Trung Bộ, Tương Ưng Tăng Chi, Tiểu bộ kinh.

[12] Trường A Hàm, Trung A Hàm, Kinh Tạp A Hàm, Tăng Nhất A Hàm (Dirghagama, madhyagama, Samyuktagama, Ekotta-rikagama)

[13] Giới luật của Tỳ khưu, do Charles Si Prebish, New York ấn hành năm 1975, trang 80.

[14] Giới này so sánh với Giới Bồn của Trường Lão Bộ đã được công bố nó tương đương điều thứ bốn mươi trong Giới Bồn của nền tảng Nhất Thiết Hữu Bộ.

[15] Trong phân biệt kinh "Suttavibhanga" (Luật tạng Vinaya pitaka) có nói đến Trường Lão A La Hán Tỳ khưu Ni Uppalavanna đã cúng dường bữa ăn nấu bằng thịt cho Đức Phật Gotama.

[16] Kinh Quán Tưởng, Bangkok ấn hành năm 1975, trang 263.

[17] Người Trung Hoa tin rằng linh hồn của người chết còn quanh quẩn trong nhà của họ nhiều ngày trước khi đi tái sinh. Trái lại với niềm tin này, kinh điển A Tỳ Đàm (Abhidhamma) giải thích rằng ngay khi tâm tử (cuti - citta) là tâm tái sinh (patisandhi citta).

[18] Paramatthajotika được biên soạn do Phra Saddhammajotika, Bangkok ấn hành, Phật lịch 2526 và quyển Abhidhammattha-sangaha do Vannasiddhi tóm lược, Bangkok ấn hành, Phật lịch 2530.

[19] Xem lại WFB, tập 21, bài số 1, từ tháng giêng đến tháng 5, năm 1984, trang 83.

[20] Đền cây cao cấp có chứa chất mỡ.

[21] Trong quyển kinh Lăng Già, ngay cả mật ong thì cũng được xem là thực phẩm thích hợp cho những người tu theo Đại Thừa.

[22] Thậm chí có những người ăn chay được biết họ thành lập cơ sở sản xuất dây nịt da hoặc hăng xương làm giày. Có lẽ họ quan niệm rằng chỉ không ăn cá thịt thì đủ để tha tội cho họ từ tội giết hàng loạt loài thú vô tội.

[23] Nguồn tài liệu này là của Ngài Pannavaro

[24] Thuật ngữ này cũng được thấy trong quyển Mi Tiên vấn đáp (Milinda panha) - kinh điển Pàli có nêu chi tiết cuộc tranh luận giữa Vua Milinda và Đại đức Nagasena.

[25] Trong kinh Đại Níp Bàn và kinh Mi Tiên vấn đáp, giáo sư Rhys Davids đã dịch thuật ngữ này là thịt heo mềm. Nhưng I.B.Horner trong bản dịch Mi Tiên vấn đáp của bà thì thuật ngữ này được dịch là "nấm đen ăn được".

[26] Trong kinh điển Trung Hoa thuật ngữ này được dịch là loài nấm.

[27] Ông là nhà chú giải kinh điển Pàli nổi tiếng sống khoảng thế kỷ thứ V sau Tây lịch.

[28] Chú giải kinh tạng Pàli xưa và quan trọng nhất được ghi lại ở Tích Lan là do công lao của Ngài Malinda, con trai vua Asoka.

[29] Tam Tạng kinh điển Tích Lan, thuật ngữ này được duy trì trong hình thức Nguyên thủy, không có dịch ra.

[30] Nhà chú giải nói rằng thiện nam Cunda đã đạt được đạo quả Tu Đà Hườn.

[31] Trong quyển Bách Khoa Thế Giới, người ta viết rằng chỉ có những nhà sinh vật học thì mới tỉ mỉ và nghiêm nhặt để phân biệt giữa loài nấm có độc và không độc. Thực tế cho thấy là nấm ăn được đôi khi tương tự với nấm không ăn được ở hình dáng, mùi vị và màu sắc.

[32] Hầu hết các loài nấm người ta cho biết là: hơn 90% là nước, dưới 30% là chất protein, dưới 5% là chất carbohydrate, dưới 1% là chất béo và khoảng 1% là chất khoáng cũng như

Vitamin.

[33] Giả sử là Sukara-maddava có chứa chất độc, nhân gây bệnh tật hay cái chết của Đức Phật, thì chắc chắn bát cơm đó sẽ không được công bố là sự cúng dường có nhiều phước báu tương đương với năng Sujata cúng dường bữa ăn trước khi Ngài thành đạo.

[34] Ở Thái Lan, có vị lãnh tụ giáo phái tà đạo "Santi Asoke" tên là Bodhiraksa, ông thích phê bình ai ăn cá thịt thì người đó sẽ giống như dạ xoa (yakkha), ma quỷ (mara).

[35] Tạp chí Tempo hàng tuần, số 41, năm thứ 15, ra ngày 7.11.1985

[36] Ở kinh Ba La Đề Mộc Xoa của tạng Sanskrit, những người theo Bộ phái Đại Chúng Bộ (Mahasanghika) thì vẫn còn gìn giữ giới luật này.

[37] U. Tedjo Joewono trong nhan đề "thực phẩm" ở tạp chí Svaradhamma, số 9 từ tháng 10 đến tháng 11, năm 1985.

[38] Phương cách ăn ngũ của Phật giáo có thể so sánh với phương pháp "nhịn ăn với nước trái cây" do những nhà khoa học giới thiệu. Các vị Tỳ khuru được Đức Phật cho phép dùng nước trái cây sau giờ Ngọ vì nước trái cây có lượng vitamin cần thiết cho cơ thể hàng ngày. Cách ăn này thì lợi ích và tốt hơn đối với việc "nhịn ăn hoàn toàn" như đã luyện tập bởi một số tôn giáo khác mà thậm chí họ còn ngăn cấm uống nước nữa.

[39] Thông tin này đã bắt nguồn từ "việc nhịn ăn với nước trái cây: phương pháp quan trọng đối với sức khỏe và tuổi thọ" trong quyển sách "How to get well", một cuốn sách đã bán chạy nhất do Tiến sĩ Paavo Airola viết.

[40] Trong quyển sách hàng năm nói về chất dinh dưỡng do John D. Kirschmann, Lavon J. Dunne, Hoa kỳ ấn hành năm 1984.

[\[Đầu trang\]](#)

Chân thành cảm ơn Tỳ kheo Thiện Minh đã gửi tặng ấn bản điện tử (Bình Anson, 12/99).

[1](#) | [2](#) | [3](#) | [Giới thiệu](#) | [Đầu trang](#)

[\[Trở về trang Thư Mục\]](#)