TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU
PHẬT HỌC
CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM
ISSN: 2734-9195

Rằm tháng Giêng trong tín ngưỡng dân gian và Phật giáo

ISSN: 2734-9195 07:15 12/02/2025

Tết Thượng Nguyên có ảnh hưởng rất lớn đến Phật giáo, giúp duy trì đời sống tâm linh, gắn kết cộng đồng và lan tỏa tinh thần từ bi, trí tuệ.

Tác giả: **Thượng toạ Thích Thiện Hạnh**
Phó Viện Trưởng Phân viện NCPHVN tại Hà Nội

Rằm tháng Giêng (15 tháng 1 Âm lịch) còn được gọi là Tết Nguyên Tiêu, là ngày trăng tròn đầu tiên của năm mới, vừa mang ý nghĩa tín ngưỡng dân gian, cũng là một ngày lễ quan trọng trong Phật giáo, nhấn mạnh sự khởi đầu tốt đẹp và lòng hướng thiện, trong văn hóa Việt Nam và các nước Á Đông.



(Ảnh: Internet)

Tết Thượng Nguyên có ảnh hưởng rất lớn đến Phật giáo, giúp duy trì đời sống tâm linh, gắn kết cộng đồng và lan tỏa tinh thần từ bi, trí tuệ. Đối với người phật tử, đây là thời điểm thích hợp để tinh tấn tu tập, đặc biệt là trong sinh hoạt tín ngưỡng và thực hành tâm linh của người Phật tử, gieo trồng phúc đức và khởi đầu một năm mới an lành.

Rằm tháng Giêng trong tín ngưỡng dân gian và Phật giáo

Nguồn gốc dân gian của Rằm tháng Giêng

Tết Nguyên Tiêu, (Rằm tháng Giêng) có nguồn gốc từ thời Tây Hán (206 TCN - 220 SCN). Vua Hán Vũ Đế chọn ngày 15 tháng Giêng âm lịch để cúng tế thần linh, tổ tiên và lễ hội lồng đèn, cầu mong quốc thái dân an [1]. Đến Thời Đông Hán, vua Hán Minh Đế (57 - 75 SCN) đã kết hợp Tết Nguyên Tiêu cho thắp đèn lồng trong cung điện, để tỏ lòng kính Phật [2], từ đó hình thành tục lệ thả đèn lồng vào đêm Rằm tháng Giêng.

Tết Nguyên tiêu còn gọi là Nguyên Tịch, Nguyên Dạ, cũng gọi là Tết Thượng Nguyên. Nguyên tiêu nghĩa là đêm trăng đầy và tròn nhất của tháng đầu tiên trong năm, tức Rằm tháng Giêng. Đêm trăng sáng khởi đầu của một năm mới với hương khí tinh nguyên của tiết trời ấm lành, tràn đầy sức sống mùa Xuân.



Ảnh: Internet

Theo học giả Đào Duy Anh, nguyên nghĩa chữ “tiết” ở trong nghĩa của thời tiết, các tiết trong năm, về sau người ta gọi chệch đi là tết, cho nên, tiết Nguyên tiêu thành Tết Nguyên tiêu là vậy.

Do Tết Nguyên tiêu được người xưa tổ chức vào ngày Rằm tháng Giêng, lại có vật phẩm dâng cúng Trời - Phật - Thánh và các vị thần linh một cách thành kính nên gọi lễ cúng rằm tháng Giêng. Đây cũng là cái Tết đầu xuân sau Nguyên đán, cho nên lại gọi là Tết Thượng nguyên.

Tết Thượng Nguyên trước đây, chính là Tết Trạng Nguyên. Nhân dịp này, nhà Vua hội họp các ông Trạng để thiết tiệc và mời vào vườn Thượng Uyển thăm hoa, ngắm cảnh, làm thơ.

Tuy nhiên, dựa trên các tài liệu lịch sử, có thể thấy tết đã xuất hiện từ thời cổ đại, gắn liền với văn hóa Á Đông, dần được tiếp nhận vào đời sống tín ngưỡng dân gian Việt Nam và gắn liền với sinh hoạt Phật giáo, trở thành ngày lễ quan trọng đối với người theo tín ngưỡng dân gian và người theo Phật giáo.

Người Việt chịu ảnh hưởng nền văn hóa Trung Quốc được du nhập vào Việt Nam, kết hợp với tín ngưỡng dân gian và Phật giáo, nhưng lại mang đậm yếu tố tín ngưỡng thờ cúng, đây là thời điểm trời đất giao hòa, con người có thể giao cảm với thần linh, tổ tiên.

Phật giáo du nhập và tiếp nhận Rằm tháng Giêng

Phật giáo truyền vào Việt Nam từ khoảng thế kỷ II - III SCN, chịu ảnh hưởng từ Ấn Độ và Trung Quốc. Trong quá trình hòa nhập với tín ngưỡng dân gian, các Thiền Sư đã sử dụng Rằm tháng Giêng như một dịp để hoằng hóa phật pháp, hướng dẫn tín đồ tu tập, hành thiện và lễ cầu an.[3] Sự tiếp nhận của Phật giáo, đối với tín ngưỡng dân gian được Phật giáo Đại Thừa tiếp nhận và phát triển trong sự hài hòa, dung hợp văn hóa.

Cho đến, thời Lý - Trần (thế kỷ XI - XIV), các vua chúa như Lý Thánh Tông, Lý Nhân Tông, Trần Nhân Tông... đã chính thức tổ chức đại lễ cầu an trong hoàng cung và các chùa, biến Rằm tháng Giêng thành một ngày lễ quan trọng trong Phật giáo Việt Nam,[4] gắn liền với phong tục treo đèn lồng, cúng tế thần linh, cầu an đầu năm, mong cho năm mới bình an, thuận lợi, tượng trưng cho sự khởi đầu tốt lành.



Ảnh: Internet

Dân gian tin rằng, đêm trăng sáng đầu tiên của một chu kỳ xuân mới, ánh trăng chiếu rạng khắp miền hạ giới, sau một mùa đông dài tối tăm, lạnh lẽo. Còn theo các nhà phong thủy, đêm này âm dương giao hòa đầy vượng khí, càn khôn thịnh phát tới cực điểm, cây trái thuận thời, thi nhau đâm chồi nẩy lộc, vạn vật hóa sinh. Trăng Nguyên tiêu thanh bình, gió mát lành nhẹ thổi, không gian lãng đãng làm cho tâm hồn nhân thế thêm phấn chấn trước những thay đổi của cảnh sắc mây trời, hương thơm của cỏ cây hoa trái lan tỏa khắp chốn nhân gian.

Từ một ngày lễ hội có nguồn gốc trong văn hóa Trung Quốc, ngày Rằm tháng Giêng đã biến đổi thành một ngày Tết mang bản sắc riêng của người dân Việt. Rằm tháng Giêng là một trong 4 ngày rằm lớn trong năm của người Việt, đặc biệt là đối với cộng đồng phật tử, thường viếng chùa lễ Phật cầu gia đạo bình an, phong điều vũ thuận, quốc thái dân an.

Phật giáo khi du nhập vào Việt Nam đã gắn kết các phong tục văn hóa của người Việt. Do tính chất hòa nhập, lan tỏa như vậy, cho nên trong dân gian hình thành câu thành ngữ quen thuộc:*“Lễ Phật quanh năm không bằng lễ rằm tháng*

Giêng"[5], thể hiện tầm quan trọng của ngày này trong sinh hoạt tâm linh và trong đời sống văn hóa - tín ngưỡng, cũng còn thể hiện niềm tin rằng; việc cúng dàng, tụng kinh, làm thiện sự, giúp đỡ người khó khăn trong ngày này sẽ có công đức và phúc báu lớn.

Đức Phật dạy con người làm điều thiện, sống chan hòa, tâm tĩnh tại, biết ơn cha mẹ, tổ tiên. Trong dịp rằm tháng Giêng, người Việt thể hiện rất rõ triết lý nhân sinh đó. Nhờ vậy, Rằm tháng Giêng không chỉ đơn thuần là một lễ hội dân gian, mà còn mang ý nghĩa tâm linh sâu sắc, trở thành ngày lễ cầu an quan trọng trong hệ thống Phật giáo Đại Thừa, được Phật giáo tiếp nhận, điều chỉnh và phát triển theo triết lý từ bi, trí tuệ và giải thoát.

Rằm tháng Giêng trong văn hóa Việt Nam

Rằm tháng Giêng, còn là ngày hội lớn trong văn hóa dân gian. Dưới thời phong kiến, các vua chúa thường tổ chức lễ cầu an, tế trời đất và mở hội để dân chúng vui xuân.[6] Trong dân gian, đây là dịp để mọi người cúng gia tiên và cầu mong phúc lành cho cả năm. Ngày này còn gắn liền với những nghi lễ Phật giáo, phong tục truyền thống, mang đậm dấu ấn tâm linh trong đời sống người Việt.



Hình minh họa

Ý nghĩa trong văn hóa dân gian

Trong tâm thức người Việt, đây là ngày lễ trọng đại, không chỉ có ý nghĩa về tôn giáo với ước nguyện mong cầu bình an, mà còn mang tinh thần hướng về tổ tiên, nguồn cội.

+ Phật giáo Đại Thừa xem đây là ngày lễ cầu an, cúng dàng Tam Bảo.

+ Nho giáo xem Rằm tháng Giêng là dịp cúng tế tổ tiên, cầu phúc cho gia đình.

+ Lão giáo nhấn mạnh vai trò của cúng sao giải hạn, cầu tài lộc.

Sự hòa trộn của ba tư tưởng này, tạo nên nét đặc trưng riêng trong văn hóa Việt Nam, để Rằm tháng Giêng trở thành ngày lễ trọng đại, vừa mang tính tôn giáo, tâm linh, vừa gắn bó mật thiết với đời sống cộng đồng.

Sự tiếp biến đáng kể nhất trong lễ Rằm tháng Giêng, chính là người Việt đã hình thành một nếp văn hóa tâm linh độc đáo. Đây là dịp mọi người tìm đến các ngôi chùa, đền, miếu, phủ, những nơi thánh tích, di tích lịch sử... để mong cầu bình an và trong những giây phút đó, ngày đầu năm ở nơi thanh tịnh này, chúng ta có dịp suy nghĩ về mình, về mọi người một cách sâu sắc hơn, qua đó thấy cuộc đời bình an hơn, thánh thiện hơn, nhân ái hơn. Những giá trị tâm linh này, có thể xem là hành trang, để ta vững tin bước vào một năm mới với những điều tốt đẹp.

Thêm một giá trị nhân văn mà lễ cúng Rằm tháng Giêng có được trong quá trình Việt hóa, là sự gắn kết bền vững giữa các thành viên trong mỗi gia đình khi đứng trước ban thờ gia tiên, nhớ đến công đức của các bậc sinh thành, nhớ về nguồn cội. Cũng trong ngày này, các gia đình Việt thường chuẩn bị mâm cỗ cúng, để mọi thành viên có dịp ngồi lại với nhau, cầu mong một năm mới bình an, may mắn. Với những ý nghĩa sâu sắc về văn hóa, tâm linh của chính dân tộc mình, trở thành một cái tết không thể thiếu trong đời sống văn hóa của người dân Việt Nam.

Lễ cúng Phật và gia tiên

Theo kinh điển Phật giáo, ngày Rằm tháng Giêng có mối liên hệ đặc biệt với đức Phật. Phật giáo đóng vai trò quan trọng trong việc định hình Rằm tháng Giêng tại Việt Nam, biến ngày này thành một dịp để thực hành hoằng pháp, cầu bình an. Đức Phật dạy rằng:*"bình an không đến từ việc cầu xin, mà đến từ sự siêng năng, tinh tấn nỗ lực tu tập, bỏ ác, hành thiện"* [7]. Vì vậy, nhiều người Việt chọn cách ăn chay, niệm Phật, tụng kinh vào ngày này.

Trong kinh Dược Sư Bổn Nguyện Công Đức nói rằng: *"việc trì tụng kinh Dược Sư vào ngày này, giúp tiêu trừ bệnh tật, mang lại bình an"*. Cho nên, các chùa đều

tổ chức Pháp hội Dược Sư, tụng Kinh Dược Sư để cầu cho quốc thái dân an [8]. Với tinh thần dân tộc của người dân Việt, những lời cầu nguyện luôn hướng tới con người, quê hương, đất nước rồi mới đến những lời cầu nguyện cho cá nhân.





Hình mang tính minh họa

Sự tiếp biến văn hóa này, là nét đặc trưng rất riêng, người dân hoan hỷ vui mừng, đến chùa dâng hương cúng Phật, ở nhà xếp sắp lễ tại bàn thờ gia tiên, điểm đặc biệt trên mâm cỗ chay là sự hiện diện của bánh trôi nước.

Ý nghĩa món ăn truyền thống bánh trôi nước trong ngày tết Nguyên tiêu, là mong muốn mọi việc quanh năm được hanh thông, trôi chảy, để cầu gia đạo bình an và may mắn. Không khí của ngày Rằm tháng Giêng không khác những ngày còn trong Tết, là một điểm nhấn quan trọng trong dòng chảy văn hóa cổ truyền của dân tộc.

Vì vậy, vào ngày này, các gia đình Việt Nam thường cúng rằm, dâng lễ lên ông bà tổ tiên, để thể hiện lòng hiếu kính [9], phong tục này kết hợp với tín ngưỡng thờ cúng tổ tiên và Phật giáo, trở thành một ngày lễ quan trọng trong đời sống tâm linh của người Việt. Nhờ ảnh hưởng của Phật giáo, Rằm tháng Giêng ở Việt Nam không chỉ là ngày lễ hội, mà còn mang ý nghĩa tu tập, hướng thiện và giác ngộ.

Đi chùa cầu an và thả đèn hoa đăng

Phật giáo, vận dụng một cách uyển chuyển, hòa nhập vào tín ngưỡng dân gian, tổ chức thực hành Pháp hội Dược Sư, lễ cầu bình an, tiêu tai tăng phúc thọ, đáp ứng nhu cầu của đồng bào và phật tử, giúp họ thêm niềm tin vững vàng trong cuộc sống. Do đó, nhiều phật tử lên chùa cầu an và mọi nhà đều thắp hương, làm cơm cúng gia tiên, thần linh, để tri ân và cầu mong một năm mới an lành, may mắn. Bênh cạnh đó, nhiều hoạt động như bố thí, làm từ thiện, phóng sinh… cũng được thực hiện vào ngày này [10]. Người dân vẫn duy trì việc đi chùa, cúng rằm, cùng nhữnh thực hành thiện lành đó như là phương cách tích lũy công đức lớn nhất. Đó là chân lý của đạo Phật đã hội nhập vào tập tục của dân gian, để hình thành một văn hóa tín ngưỡng riêng biệt “Cúng Rằm Tháng Giêng”.

Vì vậy, lễ Rằm tháng Giêng còn mang ý nghĩa cầu mong bản mệnh tốt, tránh tai họa [11]. Đây cũng là lễ hội mang tính chất kết thúc, khép lại chuỗi ngày hội tưng bừng, náo nhiệt đầu năm, sau những ngày Tết Nguyên Đán đầy ý nghĩa. Đồng thời, Tết Thượng Nguyên còn là thời gian để mọi người hướng về những giá trị văn hóa truyền thống, tận hưởng không khí ấm cúng và linh thiêng của ngày lễ.



Ảnh: Internet

Người phương Đông nói chung, người Việt nói riêng quan niệm tháng Giêng là khởi đầu cho một năm mới, tháng đầu tiên của năm có ý nghĩa "đầu có xuôi, đuôi mới lọt". Rằm tháng Giêng (còn gọi là Tết Nguyên tiêu) là đêm trăng tròn đầu tiên, khởi đầu một năm mới, đích thực mang những ý nghĩa tâm linh đặc biệt.

Vào ngày này, trên khắp ngả đường, làng xóm, nhà nào cũng treo đèn lồng nhiều hình dáng, màu sắc sặc sỡ, để tất cả mọi người thưởng thức, nhưng chủ yếu vẫn là đèn lồng đỏ.

Phong tục này bắt nguồn từ thời Tây Hán ở Trung Quốc, tuy nhiên, cũng trong quá trình giao lưu tiếp biến văn hóa vào nước ta, đồng thời có sự du nhập của Phật giáo, ảnh hưởng đến nhiều phương diện truyền thống. Vào ngày này, dân chúng lên chùa lễ cầu an, với mong muốn giải trừ tai ách, nguyện cầu an lành. Chính vì vậy mà vào Rằm tháng Giêng, nhiều chùa lập đàn, tụng kinh, niệm Phật và hồi hướng, mong cầu một năm mới luôn bình an, hạnh phúc.



Ảnh: Internet

Đặc biệt là lễ hội đầu năm mới, người dân có tục thả đèn hoa đăng trên sông vào đêm Rằm, vừa ấm cúng, thẩm mỹ, giàu truyền thống vừa mang lại giá trị tâm linh, mở đầu cho một năm mới tốt đẹp. Ngoài ra, trong kinh Dược Sư còn dạy cách đốt đèn cúng dàng và cầu nguyện. Đèn có thể làm nhỏ như quả cam hoặc to như bánh xe, có thể xếp thành 7 tầng, thắp suốt 49 ngày đêm thành tâm cầu nguyện thì mọi việc được an lành.

Mỗi ngọn đèn hoa đăng được đốt lên, mỗi người gửi lời nguyện cầu cùng tâm niệm thiện lành, tâm nguyện an lạc cho mình và cho mọi người. Mỗi ngọn đèn trên tay là ánh sáng xóa hết mọi khổ đau, để cùng nhau xây dựng một đất nước tươi đẹp và phồn vinh, hướng đến một xã hội dân chủ, công bằng, văn minh. Mỗi ngọn đèn trên tay là một lời cầu nguyện cho thế giới hòa bình, nhân loại hạnh phúc và chúng sinh an lạc.

Rằm tháng Giêng trong đời sống hiện đại

Ngày rằm tháng Giêng, đã trở thành ngày hội cầu an cho bản thân của mỗi người an lành, khỏe mạnh, ấm no đủ đầy, thịnh vượng và cầu cho quốc thái dân an, phát triển đất nước. Vì thế, ngày càng đông người đến chùa, lễ Phật, cầu nguyện trong hội Rằm tháng Giêng là tín hiệu tốt, thể hiện rõ nét tinh thần "Đạo pháp và Dân tộc".

Tuy nhiên, phong tục dân gian chịu ảnh hưởng rất nhiều về tư tưởng Phật Giáo, qua quá trình chuyển mình hội nhập nhiều nền văn hóa khác nhau, dân tộc Việt Nam đã định hình tín ngưỡng phương đông, tạo thành sắc thái riêng, đặc biệt là lễ hội cúng Rằm tháng Giêng.



Hình minh họa tạo bởi công nghệ AI.

Trong xã hội hiện đại, quan niệm về việc lễ Phật cũng có nhiều thay đổi. Nhiều người cho rằng không nhất thiết phải đợi đến Rằm tháng Giêng mới đi chùa hay làm việc thiện, mà điều quan trọng là giữ được lòng hướng thiện trong suốt cả năm. Dù quan điểm có khác nhau, Rằm tháng Giêng vẫn giữ một vị trí không thể thay thế trong tâm thức người Việt.

Ở nhiều vùng miền, người dân vẫn tranh thủ cúng lễ sau Tết, dù bận rộn trăm công nghìn việc. Họ làm vậy không chỉ để cầu mong may mắn cho bản thân mà để gìn giữ những giá trị truyền thống quý báu.

Qua đó, thể hiện sự tôn trọng đối với tổ tiên, người dân cùng nhau hướng về một tương lai an lành và thịnh vượng. Hành động này không chỉ thể hiện lòng tôn kính Đức Phật, mà còn là cách để mọi người hướng về những giá trị tốt đẹp, buông bỏ phiền muộn, tạo dựng một khởi đầu thuận lợi cho năm mới.

Như vậy, Việt Nam là một trong những quốc gia Phật giáo chịu ảnh hưởng sâu sắc nhất từ Rằm tháng Giêng, biến “ngày rằm lớn nhất trong năm” thành ngày lễ mang tính tôn giáo nhiều hơn so với các nước khác.

Phật giáo đã có tác động mạnh mẽ đến Rằm tháng Giêng, giúp biến đổi phong tục này từ một tín ngưỡng dân gian đơn thuần, thành một ngày lễ Phật giáo quan trọng, mang ý nghĩa tu tập và hành thiện. Nhờ đó giúp mọi người có thêm

sự trưởng thành, vững chãi hơn trước những khó khăn, áp lực trong cuộc sống.

Rằm tháng Giêng, với tất cả những giá trị văn hóa sâu sắc, vẫn luôn là dịp để mọi người dừng lại, suy ngẫm và trân trọng quá khứ, đồng thời chào đón một năm mới đầy hy vọng. Đây là nét đẹp văn hóa được gìn giữ và lưu truyền rộng rãi trong dân gian.

Vì vậy, Rằm tháng Giêng là hoạt động tín ngưỡng tâm linh, phản ánh nét đẹp văn hóa của dân tộc. Nét đẹp này cần tiếp tục được giữ gìn, phát huy yêu quý gia đình, hiếu kính tổ tiên, biết tìm về sự an nhiên và con đường thiện nguyện trong cuộc sống, gieo nhân thiện lành, thực hành từ bi và trí tuệ.

Nam mô Đông Phương Giáo Chủ Tiêu Tai Diên Thọ Dược Sư Lưu Ly

Quang Vương Phật tác đại chứng minh.

Tác giả: **Thượng toạ Thích Thiện Hạnh -** *Phó Viện Trưởng Phân viện NCPHVN tại Hà Nội*

***

Tài liệu tham khảo

1. Đạo Tuyên (Đời Đường), Phật Tổ Thống Ký.

2. Lê Mạnh Thát, Lịch sử Phật giáo Việt Nam, NXB TP.HCM, 2006.

3. Ngô Sĩ Liên, Đại Việt Sử Ký Toàn Thư, NXB Khoa học Xã hội, 1993.

4. Thích Trí Tịnh (dịch), Kinh Phạm Võng, NXB Tôn Giáo, 2009.

5. Kinh Dược Sư Bổn Nguyện Công Đức Kinh, Huyền Trang dịch, đời Đường.

6. Kinh Tăng Nhất A Hàm, NXB TP.HCM, 1998.

Chú thích

[1] Trương Dực, Lịch sử Trung Quốc cổ đại, Nxb Văn hóa Thông tin, 2005, tr. 189

[2] Đạo Tuyên, Phật Tổ Thống Ký, đời Đường, quyển 23

[3] Lê Mạnh Thát, Lịch sử Phật giáo Việt Nam, Nxb TP.HCM, 2006, tr. 203

[4] Ngô Sĩ Liên, Đại Việt Sử Ký Toàn Thư, Nxb Khoa học Xã hội, 1993, tr. 273

[5] Nguyễn Lang, Việt Nam Phật Giáo Sử Luận, Nxb Văn Học, 1992

[6] Phan Ngọc, Lịch Sử Văn Hóa Việt Nam, Nxb Văn Hóa Thông Tin, 2002

[7] Kinh Tăng Nhất A Hàm, Nxb TP.HCM, 1998, tr. 142

[8] Kinh Dược Sư Bổn Nguyện Công Đức Kinh, Huyền Trang dịch, đời Đường

[9] Luận Ngữ của Khổng Tử, Nxb Văn học, 2002, tr. 56

[10] Thích Trí Tịnh dịch giả, Kinh Phạm Võng, Nxb Tôn Giáo, 2009, tr. 78

[11] Mạnh Tử, dịch giả Nguyễn Hiến Lê, Nxb Văn hóa Thông tin, 2004, tr. 92