**Phaåm 17: TU KHOÅ HAÏNH**

Ñöùc Phaät noùi vôùi caùc vò Tyø-kheo:

–Gaàn thaønh Vöông xaù coù moät vò Tieân, con oâng Ma-la, teân OÂ-ñaëc-ca, cuøng tu vôùi baûy traêm ngöôøi ñeä töû thöôøng giaûng veà phaùp tu ñònh Phi töôûng phi phi töôûng xöù. Baáy giôø Boà-taùt nhaän thaáy vò Tieân naøy laø baäc Ña vaên thoâng tueä nhaát trong soá caùc vò Tieân, ñöôïc nhieàu ngöôøi toân kính, lieàn suy nghó:

–Ta neáu khoâng tìm ñeán choã vò Tieân aáy cuøng tu khoå haïnh, thì laøm sao coù theå chæ roõ ra nhöõng thieáu soùt trong phaùp tu ñònh cuûa oâng ta. Ta nay phaûi duøng phöông tieän ñeå khieán oâng aáy töï nhaän thaáy phöông phaùp tu taäp cuûa mình chöa phaûi laø roát raùo. Laïi cuõng muoán môû baøy söùc ñònh tueä cuûa ta ñem laïi lôïi ích cho nhieàu ngöôøi, khieán hoï phaùt khôûi taâm hy höõu.

Suy nghó nhö theá roài, Boà-taùt lieàn ñeán yeát kieán vò Ñaïi tieân thöa:

–Baäc hieàn nhaân, phaùp tu cuûa ngaøi ñöôïc truyeàn thoï töø thaày naøo vaø phaùp tu aáy laø gì? Vò tieân noùi:

–Ta voán khoâng theo hoïc thaày naøo caû, chæ töï mình tu vaø ngoä ñaïo thoâi. Boà-taùt thöa tieáp:

–Toâi nay ñeán ñaây chæ mong muoán ñaït ñöôïc söï chöùng ngoä cuûa ngaøi, xin ngaøi heát loøng chæ daïy toâi seõ doác söùc thöïc hieän.

Vò tieân noùi:

–Ta seõ giaûng daïy laøm vöøa yù oâng.

Sau khi ñaõ nghe vò Tieân aáy daïy, Boà-taùt choïn moät nôi yeân tónh ñeå chuyeân taâm tinh taán tu hoïc. Do nhaân duyeân tu taäp ñònh tueä trong quaù khöù neân Boà-taùt ñaït ñöôïc traêm ngaøn phaùp Tam-muoäi ôû theá gian. Tuøy theo caùc phaùp ñònh maø taát caû hình töôùng khaùc bieät ñeàu hieän ra tröôùc maét. Luùc aáy Boà-taùt xuaát ñònh ñeán thöa vôùi vò Tieân:

–Phaùp tu cuûa thaày, vöôït qua phaùp ñònh aáy thì coøn phaùp naøo nöõa? Vò tieân ñaùp:

–Ñoù laø phaùp tu toái thaéng, ngoaøi ra khoâng coøn phaùp naøo khaùc. Boà-taùt nghe vò Tieân traû lôøi nhö vaäy lieàn suy nghó:

–Ta nhôø coù ñuû Tín, Taán, Nieäm, Ñònh, Tueä neân mau chöùng phaùp tu ñònh cuûa vò Tieân aáy. Nay ñaït ñöôïc roài thì thaáy ñoù chöa phaûi laø con ñöôøng tu taäp chaân chaùnh, chöa phaûi laø phaùp dieät khoå, khoâng phaûi laø phaùp tu cuûa haøng Sa-moân, laïi caøng khoâng phaûi phaùp tu ñaït ñeán giaùc ngoä, giaûi thoaùt.

Ñöùc Phaät noùi vôùi caùc vò Tyø-kheo:

–Boà-taùt vì muoán cho caùc vò Tieân lìa boû taø ñaïo neân ñaõ giaûng noùi nhöõng ñieàu suy nghó nhö treân. Luùc aáy, naêm vò Baït-ñaø-la ñaõ theo tu taäp tröôùc ôû choã vò Ñaïi tieân kia, tu haønh caùc haïnh thanh tònh, cuøng nhau baøn luaän:

–Chuùng ta tu hoïc ñaõ laâu vaãn chöa coù theå thaáu ñöôïc phaàn saâu caïn cuûa phaùp ñònh aáy. Vaäy maø Thaùi töû chæ trong moät thôøi gian ngaén ñaõ chöùng ñöôïc phaùp tu cuûa vò Ñaïi tieân, laïi coøn chæ roõ phaùp tu aáy chöa phaûi laø cöùu caùnh caàn phaûi tìm phaùp moân tu taäp cao hôn nöõa. Ñieàu ñoù chöùng toû Thaùi töû seõ coù theå chöùng ñöôïc ñaïo Voâ thöôïng Boà-ñeà. Ñeán luùc aáy naêm anh em chuùng ta chaéc seõ ñöôïc phaàn lôïi ích.

Suy nghó baøn luaän nhö vaäy roài, naêm ngöôøi lieàn rôøi boû choã vò Tieân kia cuøng ñi theo Boà-taùt. Baáy giôø Boà-taùt rôøi thaønh Vöông xaù cuøng vôùi naêm vò Baït-ñaø-la ñi töø töø veà höôùng soâng Ni-lieân, ñeán nuùi Giaø-da leân cao treân ñænh, traûi coû ngoài döôùi moät coäi caây lôùn tö duy: “ ÔÛ theá gian duø laø haøng Sa-moân hay Baø-la-moân, neáu thaân taâm coøn buoâng thaû trong tham

duïc, bò phieàn naõo chi phoái nung ñoát thì tuy tu khoå haïnh, con ñöôøng ñeán vôùi ñaïo thaät xa vôøi. Ví nhö ngöôøi muoán coù löûa, laïi duøng khuùc caây aåm ñaët trong nöôùc roài duøng ñoà daãn löûa maø keùo, xaùt, ngöôøi aáy chaéc chaén laø khoâng theå coù löûa ñöôïc. Cuõng gioáng nhö theá, nhöõng keû coøn soáng trong tham duïc, tuy tu khoå haïnh cuõng khoâng theå chöùng ñöôïc trí tueä thuø thaéng xuaát theá gian”.

Boà-taùt laïi nghó tieáp: “Duø laø haøng Sa-moân hay Baø-la-moân ôû theá gian, neáu töï cheá ngöï thaân, khoâng tham duïc, nhöng trong caûnh giôùi aáy taâm vaãn coøn ñaém tröôùc tham luyeán thì tuy tu khoå haïnh nhöng con ñöôøng ñeán vôùi ñaïo vaãn coøn xa laém. Ví nhö ngöôøi muoán coù löûa laïi duøng khuùc caây aåm ñaët ôû choã ñaát aåm öôùt roài ñem ñoà daãn löûa maø keùo xaùt ngöôøi aáy chaéc chaén cuõng khoâng theå coù löûa ñöôïc. Cuõng gioáng nhö theá, neáu coù ngöôøi tham aùi coøn daáy khôûi, taâm chöa ñöôïc tòch tónh thì tuy tu khoå haïnh cuõng khoâng theå chöùng ñöôïc trí tueä thuø thaéng xuaát theá gian”.

Boà-taùt laïi suy nghó: “Trong theá gian duø laø haøng Sa-moân hay Baø-la-moân, neáu thaân taâm ñaõ ñöôïc nhieáp phuïc, giöõ gìn, lìa boû moïi tham duïc, dieät tröø caùc phieàn naõo, luoân giöõ taâm tòch tónh toái thöôïng, tu haønh khoå haïnh thì môùi coù theå chöùng ñöôïc thaéng trí xuaát theá gian. Cuõng gioáng nhö ngöôøi mong muoán coù löûa, ñem khuùc caây khoâ ñaët choã ñaát khoâ raùo roài duøng ñoà daãn löûa keùo xaùt thì ngöôøi aáy seõ coù ñöôïc löûa. Cho neân neáu coù ngöôøi chaúng soáng trong söï tham duïc, thaân taâm luoân tòch tónh, sieâng naêng tu haønh khoå haïnh thì ngöôøi aáy seõ chöùng ñöôïc trí tueä xuaát theá gian”.

Ñöùc Phaät noùi vôùi caùc vò Tyø-kheo:

–Baáy giôø Boà-taùt ra khoûi nuùi Giaø-da töø töø caát böôùc ñi tôùi bôø phía Ñoâng hoà Öu-laâu-taàn- loa, ñöùng ôû ñoù coù theå troâng thaáy doøng soâng Ni-lieân nöôùc trong maùt, chaûy cuoàn cuoän laáp laùnh moät maøu traéng xoùa, hai beân bôø baèng phaúng, caây coái thaúng haøng ñeàu ñaën, caùc thöù hoa quaû töôi toát thaät khaû aùi. Tieáp theo bôø soâng laø thoân aáp chaïy daøi coù veû truø phuù, nhaø cöûa san saùt, daân chuùng ñoâng ñuùc. Luùc aáy Boà-taùt nheï böôùc ñeán moät nôi roäng raõi thoaùng maùt yeân tónh, khoâng coù goø noång, khoâng gaàn cuõng khoâng xa phoá xaù, khoâng cao cuõng khoâng thaáp, lieàn suy nghó laø nay neân döøng laïi nôi naøy, thaân taâm deã ñöôïc an tònh, töø xöa ñeán giôø caùc vò Thaùnh tu haønh haàu heát cuõng choïn nhöõng nôi nhö theá naøy.

Boà-taùt laïi suy nghó tieáp: “Ta nay ñaõ thò hieän ôû coõi ñôøi ñaày naêm thöù vaån ñuïc xaáu aùc, nhaän thaáy chuùng sinh thaáp keùm cuøng caùc haøng ngoaïi ñaïo luoân chaáp tröôùc baûo thuû quan ñieåm cuûa hoï, tu haønh khoå haïnh. Do voâ minh che laáp maõi mong caàu trong hö voïng, töï laøm khoå thaân taâm ñeå mong caàu giaûi thoaùt. Nhöõng ngöôøi hoaëc mang vaät duïng ñi khaát thöïc; hoaëc coù ngöôøi chæ caàn moät voác thöïc phaåm ñeå ñuû soáng trong moät ngaøy, hoaëc chaúng ñi khaát thöïc maø chæ nhaän vaät phaåm do ngöôøi ñem ñeán boá thí; hoaëc coù ngöôøi khoâng thoï nhaän cuûa ngöôøi ñem ñeán cho maø töï mình ñi khaát thöïc ñeå caàu giaûi thoaùt; hoaëc coù ngöôøi chæ aên uoáng coû rau reã laù hoa quaû hoaëc ngoù sen, phaân thuù vaät, nöôùc traùi caây, nöôùc vo gaïo, caën daàu; hoaëc coù ngöôøi khoâng duøng caùc thöù nhö ñöôøng caùt, söõa bô, maät ong, röôïu ngon, daám ngoït cuøng caùc loaïi myõ vò khaùc chæ ñeå caàu giaûi thoaùt; hoaëc coù ngöôøi ñeán khaát thöïc moät nhaø, xong roài môùi ñeán nhaø thöù hai, thöù ba, cho ñeán nhaø thöù baûy; hoaëc coù keû moät ngaøy hay hai ngaøy aên moät laàn cho tôùi nöûa thaùng, moät thaùng aên moät laàn chæ ñeå caàu giaûi thoaùt; hoaëc coù keû aên uoáng mau chaäm, nhieàu ít taêng giaûm tuøy theo traêng; hoaëc coù keû chæ aên moãi ngaøy moät naém thoùc, nhieàu laém laø baûy naém thoùc; hoaëc coù ngöôøi chæ aên moãi ngaøy moät haït luùa maïch, moät haït meø, moät haït gaïo; hoaëc coù keû chæ uoáng nöôùc trong ñeå caàu giaûi thoaùt; hoaëc coù keû cho raèng mình ñöôïc thaàn choïn, töï nhòn ñoùi maø cheát, baûo raèng seõ ñöôïc sinh leân coõi trôøi hay ôû coõi ngöôøi tuøy theo yù mình; hoaëc coù keû duøng loâng, caùnh loâng meàm cuûa caùc loaøi caàm thuù lôùn ñeå beän ñan thaønh

y phuïc maø maëc; hoaëc maëc voû caây, hoaëc maëc caùc thöù da traâu, da deâ ñöôïc phuûi saïch beïân thaønh taám; hoaëc maëc moät aùo cho tôùi baûy lôùp aùo; hoaëc duøng maøu ñen, maøu ñoû ñeå laøm y phuïc; hoaëc chaúng maëc y phuïc; hoaëc tay caàm ba caây gaäy ñöa leân cao; hoaëc xaâu caùc ñaàu laâu ngöôøi cheát laïi thaønh voøng ñeå caàu giaûi thoaùt; hoaëc moät ngaøy taém röûa moät laàn, taém röûa hai laàn cho tôùi baûy laàn hoaëc chaúng taém röûa gì caû; hoaëc coù keû duøng tro, möïc boâi xoa leân ngöôøi; hoaëc troän phaân ñaát hoaëc mang ñeo hoa heùo uùa; hoaëc duøng naêm thöù löûa ñeå nöôùng ñoát thaân mình ñeå khoùi xoâng voâ muõi töï ñaøy ñoïa treân ñænh nuùi cao, hai tay giô cao moät chaân ñöùng yeân nhìn maët trôøi maët traêng; hoaëc naèm treân meù ñoøn caây, treân gai nhoïn, treân phaân tro, ngoùi ñaù, vaùn, chaày... ñeå caàu giaûi thoaùt; hoaëc ñoïc to caùc aán UÙm, aâm Baø-sa, aâm Toâ-ñaø, aâm Ta-baø- ha theo caùc baøi chuù thuaät vaø ñoïc tuïng kinh Vi-ñaø ñeå caàu giaûi thoaùt; hoaëc nöông thôø caùc vò Phaïm thieân, Ñeá Thích, Ma-heâ-thuû-la, Ñoät-giaø-na-la-dieân, Caâu-ma-la Ca-chieân-dieân, Ma- trí-lyù-giaø, Baùt-baø-toâ-nhò-a-thuûy-na, Tyø-sa-moân Baø-laâu-na, A-lyù-trí Chieân-ñaø-la, Caøn-thaùt- baø, A-tu-la, Ca-laâu-la, Ma-haàu-la-giaø, Daï-xoa, Ñoä-ba Cöu-baøn-traø, chö Thieân, Quyû thaàn ñeå mong ñöôïc giaûi thoaùt; hoaëc coù ngöôøi nöông töïa ñaát nöôùc, gioù löûa, hö khoâng, nuùi soâng ao hoà, khe ñaàm, bieån lôùn, röøng caây, thaûo moäc, moà maû ñöôøng saù, nôi nuoâi traâu boø cuøng caùc choán thò töù ñoâng ñuùc; hoaëc thôø caùc thöù ñao kieám baùnh xe, giaùo daøi cuøng taát caû binh khí ñeå caàu giaûi thoaùt... Nhöõng ngöôøi ngoaïi ñaïo ñoù do sôï haõi caûnh sinh töû neân doác loøng lìa boû, tu haønh khoå haïnh. Xeùt ra, taát caû ñeàu khoâng coù lôïi ích gì, ñieàu khoâng neân quy ngöôõng laïi quy ngöôõng, chaúng phaûi laø vieäc an laønh laïi töôûng laø an laønh”.

Ñöùc Phaät noùi vôùi caùc vò Tyø-kheo:

Boà-taùt baáy giôø laïi suy nghó tieáp: “Ta nay vì muoán haøng phuïc nhöõng keû ngoaïi ñaïo neân phaûi theå hieän caùc vieäc hy höõu khieán cho chö Thieân vaø moïi ngöôøi sinh taâm thanh tònh, laïi muoán laøm cho nhöõng ngöôøi ñang coù nieàm tin laàm laïc kia bieát veà taïo nghieäp quaû baùo..., laïi muoán thò hieän coâng ñöùc trí tueä coù ñuû thaàn löïc, phaân tích caùc phaân vò khaùc nhau cuûa caùc phaùp tu ñònh, laïi muoán thò hieän söùc ñaïi duõng maõnh tinh taán cuûa mình cho neân môùi ôû taïi choán aáy”. Boà-taùt ñaõ ngoài kieát giaø, thaân khaåu yù ñeàu an nhieân tòch tónh baát ñoäng. Luùc môùi baét ñaàu nhieáp taâm, chuyeân chuù thuaàn nhaát vaøo moät caûnh, cheá ngöï hôi thôû ra vaøo, thì khí noùng chaïy khaép cô theå, moà hoâi töø döôùi naùch vaø treân traùn chaûy ra öôùt ñaãm nhö nöôùc möa tuoân nhöng vaãn nhaãn chòu khoå chaúng sinh meät moûi, coøn khôûi leân taâm tinh taán duõng maõnh.

Ñöùc Phaät baûo caùc vò Tyø-kheo:

–Khi Boà-taùt cheá ngöï hôi thôû ra vaøo cuûa mình, beân trong hai tai phaùt ra aâm thanh lôùn nhö ñöa gioù thoåi maïnh vaøo ñaùy beå loø reøn, nhaãn chòu noãi khoå aáy maø khoâng heà bieát meät moûi, chaùn naûn.

Naøy caùc Tyø-kheo, luùc ñoù nôi mieäng, muõi, tai cuûa Ta moïi hôi thôû ra vaøo nhö döùt haún, luoàng khí trong ngöôøi xoâng leân ñaûnh ñaàu phaùt ra aâm thanh lôùn ví nhö coù ngöôøi khua ñao beùn xoâng vaøo phaù oùc naõo mình, nhaän chòu noãi khoå aáy cuõng khoâng bieát meät nhoïc, taâm khoâng heà thoaùi chuyeån.

Ñöùc Phaät baûo caùc vò Tyø-kheo:

–Khi Boà-taùt cheá ngöï hoaøn toaøn hôi thôû cuûa mình, moïi hôi thôû ra vaøo ñeàu döøng haún, luoàng khí trong ngöôøi caøng maïnh theâm, tuï laïi xoay vaàn xoaùy vaøo hai beân hoâng vaø phaùt ra aâm thanh lôùn, ví nhö ngöôøi ñoà teå duøng dao choïc tieát traâu boø, chòu ñöïng noãi khoå aáy maø khoâng heà giaûi ñaõi hay caûm thaáy cöïc nhoïc.

Ñöùc Phaät noùi vôùi caùc vò Tyø-kheo:

–Luùc aáy do luoàng khí trong thaân Boà-taùt chuyeån ñoäng neân toaøn thaân Boà-taùt noùng böùc khoù chòu ví nhö moät ngöôøi söùc yeáu bò ngoïn löûa lôùn vaây haõm thieâu ñoát thaân mình,

chòu ñöïng noãi khoå aáy nhöng laïi taêng theâm taâm duõng maõnh tinh taán, vaãn chaùnh nieäm suy nghó: “Ta nay an truï nôi phaùp Tam-muoäi baát ñoäng, ba nghieäp thaân khaåu yù ñeàu truï trong chaùnh ñònh, theå nhaäp Töù thieàn, xa lìa moïi hyû laïc, chæ coøn phaân bieät chuùt ít tieáng ñoäng nheï nhö gioù thoåi. Ví nhö hö khoâng phuû khaép vaïn vaät khoâng theå naøo thay ñoåi. Phaùp tu ñònh aáy goïi laø A-sa-baø-na”.

Boà-taùt luùc ñoù ñaõ tu khoå haïnh cao nhaát nhö theá.

Naøy caùc Tyø-kheo, Boà-taùt laïi khôûi leân nieäm naøy: “ÔÛ theá gian, haøng Sa-moân hay Baø- la-moân cho raèng phöông phaùp nhòn ñoùi chính laø khoå. Ta nay muoán haøng phuïc hoï neân moãi ngaøy chæ aên moät haït luùa maïch. Caùc Tyø-kheo neân bieát, xöa kia, trong khoaûng thôøi gian Ta chæ aên moãi ngaøy moät haït luùa maïch, thaân theå Ta gaày yeáu nhö caây A-tö, ngöôøi chæ coøn da boïc xöông nhö theå ngoâi nhaø hö naùt loä ra coät, cheøo, ñoøn tay... xöông soáng loä roõ töøng ñoát nhö loaïi cung truùc, hai maét loõm saâu vaøo nhö hai hoác nöôùc nhoû, ñaûnh ñaàu khoâ heùo gioáng nhö quaû baàu phôi khoâ, ñaát ôû choã Ta ngoài luùn saâu xuoáng gioáng nhö daáu chaân ngöïa giaãm laâu ngaøy, da deû nhaên nheo khoâ nöùt nhö daáu dao caét cöùa vaøo, ñöa tay phuûi buïi thì loâng treân thaân ñeàu ruïng heát, duøng tay xoa buïng thì chaïm phaûi coät xöông soáng. Roài Ta laïi giaûm daàn chæ aên moãi ngaøy moät haït gaïo cho ñeán moät haït meø thaân theå ta caøng gaày goø gaáp möôøi laàn hôn tröôùc, hình saéc nhö theå moät vuõng möïc ñen hay ñoáng tro taøn. Ngöôøi daân trong xoùm laøng khaép nôi qua laïi thaáy nhö vaäy ñeàu thôû than thöông tieác, cho raèng Thaùi töû hoï Thích ñaõ töï laøm khoå laáy thaân mình. Thaân töôùng ñeïp ñeõ khoûe maïnh ngaøy tröôùc nay coøn ñaâu.

Ñöùc Phaät noùi vôùi caùc vò Tyø-kheo:

–Boà-taùt traûi qua saùu naêm khoå haïnh nhö theá, boán oai nghi khoâng heà giaûm maát. Muøa haï noùng böùc chaúng tìm ñeán choã maùt meû; muøa ñoâng giaù buoát cuõng chaúng heà mong ñöôïc aám aùp, muoãi moøng bu ñoát thaân cuõng khoâng xua, ngoài kieát giaø thaân taâm baát ñoäng chaúng chuùt chau maøy cuõng chaúng khaïc nhoå, ñaùm treû chaên traâu boø thöôøng ñeán nhìn xem roài ñuøa nghòch duøng coïng coû choïc vaøo loå muõi Ta, coù khi chaâm vaøo mieäng hay loå tai. Luùc ñoù thaân taâm Ta luoân baát ñoäng, thöôøng ñöôïc Trôøi, Roàng, Quyû thaàn cuùng döôøng, laøm cho möôøi hai laïc-xoa trôøi ngöôøi an truù trong ñaïo Tam thöøa.

Luùc baáy giôø, Ñöùc Theá Toân muoán laëp laïi yù nghóa treân neân ñoïc baøi keä:

*Boà-taùt vaøo thôøi aáy Boû ngoâi ñi xuaát gia Vì lôïi ích chuùng sinh*

*Coá nghó tìm phöông tieän Ta thò hieän coõi tröôïc Sinh choán Dieâm-phuø-ñeà Laém keû theo taø kieán Phaù phaùp theo dò ñaïo Keû ngu caàu giaûi thoaùt Töï laøm khoå thaân taâm Duø sôï nhaân sinh töû Thöôøng meâ xa rôøi quaû Hoaëc ngaõ vaøo ñoáng löûa Töï buoâng mình ñænh cao*

*Duøng nguõ nhieät ñoát thaân Boâi tro nhaèm töï huûy Ngaøy chæ aên chuùt ít*

*Ñuû cho maïng soáng coøn Khaát thöïc nôi nhaø ngöôøi Chuû vui mình môùi nhaän Dung maïo thoaùng buoàn tieác Troïn ngaøy chaúng caàn aên Hoaëc luùc nghe chaøy khua Hay laø tieáng choù suûa*

*Lieàn döøng chaúng haønh khaát Duø goïi cuõng khoâng nhaän Bô daàu cuøng myõ vò*

*Söõa kem, caùc thöù ñöôøng Taát caû ñeàu khoâng duøng Chæ aên ñoà xaáu keùm Nöôùc gaïo cuøng caën daàu Phaân thuù cuøng ngoù sen Caây coû cuøng hoa quaû*

*Chæ mong ñöôïc giaûi thoaùt Hoaëc chæ duøng nöôùc trong Hoaëc aên ngaøy haït meø Hoaëc chæ aên haït gaïo Hoaëc nhòn ñoùi maø cheát*

*Nhaèm mong ñöôïc giaûi thoaùt Hoaëc duøng da thuù maëc*

*Gieû raùch vaø loâng chim Voû caây beïân thaønh ñeäm Bao thöù hoaïi saéc phuïc Hoaëc chæ maëc moät aùo Cho ñeán baûy lôùp che Hoaëc ñeå loä thaân mình Chæ mong ñöôïc giaûi thoaùt Ngoài naèm meù caønh caây Treân gai nhoïn tro ñaát Vaùn, chaøy cuøng ñaù, ngoùi Ñeå mong caàu giaûi thoaùt Hoaëc thöôøng giô hai tay Hoaëc chæ ñöùng moät chaân Chaûi toùc vaø bôùi toùc*

*Ngaém nhìn theo thaùi döông Ñeå mong ñöôïc giaûi thoaùt Hoaëc thöôøng laïy nhaät nguyeät Soâng bieån cuøng khe nuùi*

*Cao nguyeân nhieàu caây röøng Ñeå mong ñöôïc giaûi thoaùt Chuùng ngoaïi ñaïo nhö theá Sieâng tu khoå chaúng lôïi*

*Chaáp tröôùc nghieäp hö voïng Baùm chaët chöa töøng boû Nhöõng keû taø kieán aáy*

*Cheát rôi vaøo aùc ñaïo Ta cuõng tu nhö theá Traûi qua ñeán saùu naêm*

*Thò hieän haøng phuïc chuùng Doác tu ñaïi khoå haïnh Nhöõng keû thieáu trí tueä Thaáy hoï tu khoå taø*

*Cho laø ñuùng chaùnh phaùp Beøn sinh taâm hoan hyû Cuõng vì ñeå giaùo hoùa*

*Neân quyeát haønh khoå haïnh Beøn choïn choán vaéng veû Kieát giaø nhaäp Tam-muoäi Cheá ngöï moïi aên uoáng Ngaøy aên haït gaïo, meø Muøa laïnh khoâng caàu aám Muøa noùng chaúng caàu maùt*

*Cuõng chaúng xua muoãi moøng Möa gioù khoâng dôøi chuyeån Treû muïc ñoàng ñeán thaáy*

*Ñuøa duøng coïng coû chaâm Vaøo caû tai mieäng muõi Duøng caây coû ngoùi ñaù Quaêng neùm vaøo thaân Ta Cuõng chaúng heà lay ñoäng Ñeàu nhaãn thoï taát caû*

*Thaân cuõng khoâng cuùi thaáp Cuõng khoâng sinh meät moûi Khaïc nhoå cuøng moïi thöù Ueá taïp ñeàu tröø döùt*

*Chæ coøn xöông vôùi da Maùu thòt ñeàu khoâ kieät Hình daùng quaù gaày yeáu Nhö caây A-tö-ca*

*Truï ñònh A-na-baø*

*Thaân taâm thöôøng baát ñoäng Cuõng chaúng höôûng thieàn laïc Maø khôûi taâm ñaïi Bi*

*Vì muoân loaøi chuùng sinh Tu haïnh ñònh nhö vaäy Do tu phaùp ñònh aáy*

*Mau choùng ñaït Phaät-ñaø*

*Dieät tröø caùc taø ñaïo Haøng phuïc caùc dò thuyeát Ví nhö chuùng Ca-dieáp Chaúng tin coù giaùc ngoä Ñaïi giaùc ngoä nhö theá Voâ löôïng kieáp khoù ñöôïc Vì muoán cho bao ngöôøi Vaøo ñònh A-na-baø*

*Trong luùc nhaäp ñònh aáy Coù möôøi hai laïc-xoa*

*Chö Thieân vaø chuùng nhaân Truï trong Tam thöøa ñaïo Chö Thieân cuøng Long thaàn Luoân caû ngaøy vaø ñeâm Cuùng döôøng thaân Boà-taùt Thaûy ñeàu phaùt theä lôùn Nguyeän truï Na-baø ñònh*

*Vì lôïi ích muoân loaøi Taâm aáy nhö hö khoâng.*

M