**สุภาษิตคำโคลง**

**พระพุทธเจ้าทรงแสดงปฐมเทศนาธัมมจักกัปปวัตนสูตร**

**โปรดเบญจวัคคีย์ให้ได้ดวงตาเห็นธรรม**

**อุปสมานุสติ๑** นฤพาน

ลำลึกตรึกตรองการ มั่นไว้

ตามพุทธแสดงสาร จงแจ้ง

พอเห็นวิถีได้ ไต่เต้าตามทาง

อุปสมาหาสองโอ้ จนใจ

หนึ่งแน่อย่าสงสัย สอดแคล้ว

สิ่งเดียวแม้ผู้ไป บกลับ มานา

ใช่เงินแลทองแก้ว ยื่นให้กันเห็น

**กายคตานุสติ๒**นี้ กรรมฐาน

จงอุตส่าห์พิจารณ์ ร่างร้าย

มีเกศาโลมานขาน เป็นต้น

ถึง**มัตถเก๓**สุดท้าย จบถ้วนสามสิบสอง

กายคตานุสติป้อง กำบัง

ฉวีวรรณผิวหนัง ห่อไซร้

จึ่งเห็นเป็นงามดัง แสนสวาท

ตัวอภิชฌาหุ้มไว้ พิเคราะห์แล้วดูแสยง

๑ ระลึกถึงธรรมเป็นที่สงบระงับกิเลสและทุกข์ คือ นิพพาน

๒ ระลึกทั่วไปในกายให้เห็นว่าไม่งาม

๓ ยอด, ที่สุด