**สุภาษิตคำโคลง**

**พระพุทธเจ้าทรงแสดงปฐมเทศนาธัมมจักกัปปวัตนสูตร**

**โปรดเบญจวัคคีย์ให้ได้ดวงตาเห็นธรรม**

 แม้ว่า**ถีนะ๑**เข้า ครอบงำ

 จงระลึกตรึกกองกรรม ก่อนกี้

 ว่าทุกข์**เวทนา๒**นำ สาหัส

 หน่วงเอาสังขารชี้ เช่นนั้นนำมา

 เวทนาบังเกิดขึ้น ในกาย

 ไป่เท่าทนอบาย นรกร้อน

 คิดได้ดั่งนี้หาย จากเวท- นาแฮ

 จึ่งวางมนะตนข้อน ข่มให้จิตสบาย

 พระ**กรรมฐานถ้วนสี่ สิบทัศ๓**

 จัดพรหมวิหารสมาบัติ แปดด้วย

 กสิณอสุภนุสติจัด สามสิบ แปดเล่า

 อาหารจัตุธาตุอรรมถฉ้วย ครบพร้อมกรรมฐาน

 สิริรวมกรรมฐานไว้ พิสดาร

 โดยในนิเทศวาร กล่าวไว้

 สี่สิบพระกรรมฐาน แจ้งจัด

 สามสิบเก้าบ่อนไซร้ แห่งห้องบริกรรม

๑ ความง่วงเหงา, ความคร้านกาย

๒ ความรู้สึก : ทุกขเวทนา คือ รู้สึกทุกข์ สุขเวทนาคือ รู้สึกสุข

๓ กรรมฐานสี่สิบทัศ ประกอบด้วย กสิณ ๑๐ อสุสติ ๑๐ พรหมวิหาร ๔

 อรูปฌาน ๔ จตุธาตุววัตถาน + อาหาเรปฏิกูลสัญญา ๑