โคลงฤาษีดัดตน

๓๙) แก้ไหล่ แก้ตะโพก

**พระชนก**นักสิทธิ์นี้ ชนะมาร

ไตรเพทไตรพิธญาณ ย่อมแจ้ง

ยอกไหล่ยอกตะโพกปาน ปืนปัก อยู่นอ

คู้เข่าศอกกดแข้ง หัตถ์เคล้นไคลทรวง ๚

พระรัตนมุนี