**สุภาษิตคำโคลง**

**พระพุทธเจ้าทรงแสดงปฐมเทศนาธัมมจักกัปปวัตนสูตร**

**โปรดเบญจวัคคีย์ให้ได้ดวงตาเห็นธรรม**

 **มรณานุสติ๑**ห้อง กรรมฐาน

 จงกำหนดมรณญาณ คิดไว้

 นามรูป**อสุก๒**กาล เปื่อยเน่า

 ล้วนหมู่กิมิชาติไซ้ บ่อนร่างปฐวี

 หนีเจ้าหนี้หนีทั้ง ภัยพญา

 หนีศกซุ่มซ่อนมา ห่างพ้น

 หนีพระยามัจจุรา หนียาก จริงนอ

 แม้วมีฤทธิ์เลิศล้น ห่อนพ้นความตาย

 **อานาปานุสติ๓**ล้ำ กรรมฐาน

 พิจารณาลมฆาน ออกเข้า

 แห่งมุขทวาร ช่องนา ลิกแฮ

 ยาวสั้นหย่อนเร่งเร้า รอบรู้กำหนดหมาย

 นุสติแสดงจบสิ้น สิบ**ทัศ๔**

 ตามพุทธบัญญัติ กล่าวไว้

 เรียงเรียบแต่พอชัด ความบ้าง

 หวังเป็นประโยชน์ไซร้ ผ่ายหน้าคตกาล

๑ ระลึกความตายที่จะต้องมีเป็นธรรมดา

๒ สภาพที่ไม่งาม

๓ ตั้งสติกำหนดลมหายใจเข้าออก

๔ ครบ, ถ้วน