අකුසල සිතුවිලි දුරු කිරීමට කුසල සිතුවිලි වඩන්න

විතක්ක සූත්‍රය ඇසුරින්

(බුද්ධ ජයන්ති ත්‍රිපිටක ග්‍රන්ථ මාලා, අඞ්ගුත්තර නිකාය 4 - පිටු අංක 260 - 263)

ධර්මයෝ තිදෙනෙකි. කවර තිදෙනෙක් ද යත්;

- කාම විතර්ක
- ව්‍යාපාද විතර්ක
- විහිංසා විතර්ක වෙයි.

මෙම අකුසල විතර්ක තුන නැති කිරීමට කුසල විතර්ක තුනක් වැඩිය යුතුය.

1. කාම විතර්කය දුරු කිරීම පිණිස නෙක්ඛම්ම විතර්කය වැඩිය යුතුය.
2. ව්‍යාපාද විතර්කය දුරු කිරීම පිණිස අව්‍යාපාද විතර්කය වැඩිය යුතුය.
3. විහිංසා විතර්කය දුරු කිරීම පිණිස අවිහිංසා විතර්කය වැඩිය යුතුය.