

**ဝိတက် ၃ မျိုး (ကုသိုလ်) Three kinds of initial application (wholesome):**  
 ၁။ နေက္ခမ - ထွက်မြောက်လိုခြင်းဝိတက် ၊ 1: Renunciation-thought,  
 ၂။ အဗျာပါဒ - မပြစ်မှား မေတ္တာထားခြင်းဝိတက် ၊ 2: loving-kindness-thought,  
 ၃။ အဝိဟိံ သ - မနှိပ်စက်လိုခြင်းဝိတက် ။ 3: non-violence-thought.

**ဝိတက် ၃ မျိုး (အကုသိုလ်) Three kinds of initial application (unwholesome):**  
 ၁။ ကာမဝိတက် ၊ 1: Thought based upon sensual pleasure,  
 ၂။ ဗျာပါဒဝိတက် ၊ 2: upon hatred/ill-will/anger to kill others,  
 ၃။ ဝိဟိံ သဝိတက် ။ 3: upon violence to make others harmful.

**ဝိတက် ၃ မျိုး (အကုသိုလ်) (ဝိတက္ကသုတ် ဣတိဝုတ္တကပါဠိ - ၂၄၄)**  
**Three kinds of initial application (unwholesome):**  
 ၁။ အနဝညတ္တိပဋိသံယုတ္တဝိတက် - သူတပါးတို့က မိမိအားအထင်သေးခြင်းနှင့် ယှဉ်သောအကြံ ၊  
 1: Thinking/thought concerned with not wanting to be despised;  
 ၂။ လာဘသက္ကာရသိလောကပဋိသံယုတ္တဝိတက် - လာဘ်ပူဇော်မှု၊ ကျော်စောမှုနှင့်ယှဉ်သောအကြံ ၊  
 2: thinking concerned with gains, offerings, and tribute;  
 ၃။ ပရာနုဋ္ဌယတာပဋိသံယုတ္တဝိတက် - သူတပါးတို့ ချစ်ခင်မှု၊ တဏှာနှင့် ယှဉ်သောအကြံ ။  
 3: thinking concerned with an empathy for others.

**ဝိတက် ၃ မျိုး -အကုသိုလ်- ကို နှိမ်နင်းပုံ (မဟာသုဒဿနသုတ် မဟာဝဂ္ဂ ဒီဃနိကာယပါဠိ)**  
**Subduing the three kinds of initial application (unwholesome):**  
 ၁။ တိဋ္ဌ ကာမဝိတက္က - ကာမဝိတက် ရပ်လော့ ၊  
 1: Stop, O thought based upon sensual pleasure!  
 ၂။ တိဋ္ဌ ဗျာပါဒဝိတက္က - ဗျာပါဒဝိတက် ရပ်လော့ ၊  
 2: Stop, O thought based upon hatred/ill-will/anger to kill others!  
 ၃။ တိဋ္ဌ ဝိဟိံ သဝိတက္က - ဝိဟိံ သဝိတက် ရပ်လော့ ၊  
 3: Stop, O thought based upon violence to make others harmful!  
 ၁။ ဣတ္ထာဝတာ ကာမဝိတက္က - ကာမဝိတက် (သင်) တန်လောက်ပြီ (တော်ပြီတန်ပြီ) ၊  
 1: Thus far and no further sensual pleasure thought!  
 ၂။ ဣတ္ထာဝတာ ဗျာပါဒဝိတက္က - ဗျာပါဒဝိတက် (သင်) တန်လောက်ပြီ (တော်ပြီတန်ပြီ) ၊  
 2: Thus far and no further ill-will-thought!  
 ၃။ ဣတ္ထာဝတာ ဝိဟိံ သဝိတက္က - ဝိဟိံ သဝိတက်(သင်) တန်လောက်ပြီ (တော်ပြီတန်ပြီ) ။  
 3: Thus far and no further violence/harmful thought!

**ဝိတက် ၆ မျိုး (စူဠနိဒ္ဒေသပါဠိ - ၁၂၈)** **Six kinds of initial thought:**  
 ၁။ ရူပဝိတက် ၊ 1: Initial thought based upon the form/visible object,  
 ၂။ သဒ္ဓဝိတက် ၊ 2: based upon the sound/audible object,  
 ၃။ ဂန္ဓဝိတက် ၊ 3: based upon the smell/odorous object,  
 ၄။ ရသဝိတက် ၊ 4: based upon the taste/gustative object,  
 ၅။ ဖောဋ္ဌဗ္ဗဝိတက် ၊ 5: based upon the touch/tangible object,  
 ၆။ ဓမ္မဝိတက် ။ 6: based upon the mind objects.

**ဝိတက် ၆ မျိုး (ကြံစည်ရာရာ စိတ်ညွတ်ခါ စိတ်အားသန်နေပါ၏ ☺)**  
**ကြံစည်ရာရာ စိတ်ညွတ်ခါ စိတ်အားသန်နေပါ၏ (ဒွေဝေဝိတက္ကသုတ် မူလပဏ္ဏာသ မဇ္ဈိမနိကာယပါဠိ)**  
 ယညဒေဝ ဘိက္ခုဝေ ဘိက္ခု၊ ဗဟုလမနုဝိတက္ကေတိ အနုဝိစာရေတိ ၊ တထာ တထာ နတိ ဟောတိ