ကိုရင်။ ။ဒီလို ထုံမွှန်းထားတော့ ဘာအကျိုးရှိပါသလဲ အရှင်ဘုရား။

ဆရာ။ ။အဝတ်ကို အမွှေးနံ့သာတို့ဖြင့် ထုံထားတဲ့အခါ အဝတ်မှာ မွှေးရနံ့ သင်းပျံ့နေသလို စိတ်ကို ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံကောင်းဖြင့် ထုံမွှန်းထားသော အခါ စိတ်အစဉ်မှာ စိတ်ကောင်းစိတ်မြတ်ချည်း ဖြစ်နေတဲ့အကျိုးကို ရနိုင်တယ်၊ မွှေးရနံ့ထုံနေ သော အဝတ်မှာ မကောင်းနံ့တွေ မဝင်နိုင်သလို ကမ္မဋ္ဌာန်းဖြင့် ထုံထားသော စိတ်အစဉ်မှာလဲ မကောင်းသော စိတ်အညစ်အကြေးတွေ မကပ် နိုင်တဲ့အကျိုးကိုလဲ ရနိုင်တယ်။

ကိုရင်။ ။ဒီလို စိတ်အညစ်အကြေးတွေ မကပ်ရောက်ဘဲ စိတ်ကောင်း စိတ်မြတ် ဖြစ်နေတော့ ဘယ်လို အရသာရှိပါသလဲ အရှင်ဘုရား။

ဆရာ။ ။စိတ်အညစ်အကြေးတွေ မကပ်ရောက်တော့ စိတ် အစဉ်ဟာ အမြဲကြည်လင်ပြီး အေးမြချမ်းသာတဲ့ အရသာကို ခံစားရတယ်၊ ဒီလို စိတ်အေးမြတာ ကိုပင် "စိတ္တသုခ=စိတ်ချမ်းသာမှု"လို့ ဆိုရတယ်၊ စိတ်ချမ်းသာတော့ ခန္ဓာကိုယ်လဲ ကျန်းမာ ချမ်း သာတဲ့ ကာယသုခအရသာကို ခံစားရတယ်၊ ဒါ့ကြောင့် "ဘာဝနာ"ဆိုတာ စိတ်ရော ကိုယ်ပါ ချမ်းသာသုခ အရသာကို ပေးနိုင်တဲ့တရားမျိုးလို့ အမြဲမှတ်ထားရမယ်။