ဆရာ။ ။သမထဘာဝနာဆိုတာ ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံ တခုခု အပေါ်မှာ စိတ်ကိုတည်နေအောင် ကြည်နေအောင် ငြိမ်နေအောင် ထားရတဲ့ ဘာဝနာဖြစ်တယ်။ [သမထ= ငြိမ်သက်တည်ကြည်စေတတ်သော (သမာဓိ)။]

ကိုရင်။ ။ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံတခုခုအပေါ်မှာ စိတ်တည်ကြည်ငြိမ်သက်နေလျှင် ဘာအကျိုးရှိပါသလဲ အရှင်ဘုရား။

ဆရာ။ ။လူတွေရဲ့စိတ်ဟာ မတည်ကြည်လို့ မငြိမ်သက်လို့ ဟိုဟာ လိုချင် ဒီဟာ လိုချင်နှင့် လောဘ ဖြစ်ရတယ်၊ လိုချင်တာ မရတော့ စိတ်ဆိုးခြင်း စိတ်မချမ်းသာခြင်း စိတ်မကျေနပ်ခြင်းဆိုတဲ့ ဒေါသ ဖြစ်ရတယ်၊ ကိုယ့်ထက်သာနေတဲ့သူကို မနာလိုတဲ့ ဣဿာ ဖြစ်ရတယ်၊ သူတပါးတို့ ကိုယ့်လို ကြီးပွါးချမ်းသာမှာစိုးတဲ့ မစ္ဆရိယ ဖြစ်တယ်၊ စိတ်ကြီးဝင်တတ် ဟန်ကြီးပန်ကြီး လုပ်တတ်တဲ့ မာန်မာနလဲ ဖြစ်ရတယ်၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံ တခုခုအပေါ်မှာ စိတ်က တည်ကြည် ငြိမ်သက်နေပလား ဆိုလျှင် အဲဒီလို ယုတ်မာဆိုးဝါးတဲ့ စိတ်မျိုးမဖြစ်တော့ဘဲ အလွန် ချမ်းသာအေးမြ သုခရှိသော စိတ်များသာ ဖြစ်နေတော့တယ်၊ ဒါ့ကြောင့် ကိုရင်တို့စိတ်ဟာ တည်ကြည်အောင် စိတ်ချမ်းသာအောင် သမထဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်းကို လေ့လာကြရမယ်။