စာဂဗော

ဤစာအုပ်ကို 'သိပ္ပံအဘိဓမ္မာ' ဟူ၍ အမည်ပေးခြင်းမှာ သိပ္ပံမဂ္ဂဇင်း၌ လစဉ် ရေးသား ဖော်ပြခဲ့သော အဘိဓမ္မာဆောင်းပါးများကို စုပေါင်း ဖော်ပြထားသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ ၁၉၈၀ ပြည့်နှစ် အောက်တိုဘာလထုတ် သိပ္ပံမဂ္ဂဇင်း အမှတ် (၁) မှ စ၍ လစဉ် မပြတ် ရေးသားခဲ့သော ဆောင်းပါးများထဲမှ အမှတ် (၄၇)အထိ ဆောင်းပါး (၄၇) ပုဒ် ထည့်သွင်း ထားပါသည်။

သိပ္ပံမဂ္ဂဇင်းပိုင်ရှင် စာရေးဆရာသိပ္ပံမျိုးတင် (ဗိုလ်မှူးတင်မောင်)နှင့် စာပေလမ်းကြောင်းအရ သိကျွမ်း ခင်မင်ရင်းနှီးခဲ့ရာ ယခု သိပ္ပံမဂ္ဂဇင်း ထုတ်ဝေရန် ကြိုးစားအားသစ်စဉ်ကတည်းက တတ်အားသမျှ ကူညီခဲ့ပြီး မဂ္ဂဇင်းထုတ် ဖြစ်လျှင် လစဉ် ပင်တိုင်ဆောင်းပါး ရေးပေးဖို့ သူတောင်းတဲ့ ကတိကို ပေးမိခဲ့ပါသည်။ သို့နှင့် သိပ္ပံမဂ္ဂဇင်း စတင် ဖွားမြင်ကတည်းက သိပ္ပံမဂ္ဂဇင်း၏ ခန္ဓာအဖွဲ့အစည်းထဲတွင် နှစ်ဖက်လှ ပါဝင်လာခဲ့ရပေသည်။

နှစ်ဖက်လှသည် အမျိုး၊ ဘာသာ၊ သာသနာ၊ စာပေရေးရာပိုင်းကို ရေးသားလာခဲ့သည်ဖြစ်ရာ ယခု သိပ္ပံမဂ္ဂဇင်း၌ ဘာကို ရေးရမလဲဟု ချင့်ချိန်ခဲ့ရသည်။ ယင်းသို့ ချင့်ချိန်ရာတွင် ဗုဒ္ဓသာသနာ (ပိဋကတ်စာပေ)ကို ရေးသားဖြန့်ဝေမည်ဟု စိတ်ကူးရခဲ့၏။ သို့သော် ပိဋကတ်စာပေမှာ ကျယ်ဝန်းလှသောကြောင့် ယင်းပိဋကတ်စာပေ ထဲမှ ဘာကို ရေးရမလဲ၊ ဘယ်လို ရေးရမလဲ ဆိုသည်ကို ထပ်ဆင့် စဉ်းစားရပြန်သည်။

ယင်းသို့ စဉ်းစားရာ၌ လက်ရှိခေတ်၌ သိပ္ပံပညာ ထွန်းကားနေခြင်း၊ ဤမဂ္ဂဇင်းကလည်း သိပ္ပံဘာသာရပ်နှင့် သိပ္ပံနည်းကျ အကြောင်းအရာတို့ကို ဦးစားပေး တင်ပြရန် ရှိခြင်း၊ သိပ္ပံမဂ္ဂဇင်းကို ဖတ်သည့် ပရိသတ်သည် သာမန်လမ်းပေါ်က လူတန်းစားမျိုး မဟုတ်ဘဲ အဆင့်အတန်းရှိသော စာဖတ်ပရိသတ်မျိုး ဖြစ်စရာရှိခြင်း စသော အချက်အလက်တို့ကို ထည့်သွင်း တွက်ဆခဲ့ပါသည်။

ထို့ပြင် ဗုဒ္ဓပိဋကတ်စာပေဆိုင်ရာကို ရေးသားကြရာ၌လည်း သုတ္တန်ဆိုင်ရာအကြောင်းအရာ အမျိုးမျိုးကိုသာ ဝိုင်းဝန်း ရေးသားနေကြ၏။ ဝိနည်းအကြောင်းအရာကို အနည်းငယ်မျှသာ ရေးသား တင်ပြကြ၏။ အဘိဓမ္မာ ပိဋကတ်နှင့် ပတ်သက်၍မူကား သမိုင်းကြောင်းဘက်မှသာ အရေးအသား များကြသည်။ အဘိဓမ္မာဘာသာရပ်ကို ပညာရပ်အနေဖြင့်မူကား ရဟန်းစာမေးပွဲများ၊ အဘိဓမ္မာအသင်းများ၌သာ သင်ယူနေကြပြီး လစဉ်ထုတ် ဂျာနယ်၊ မဂ္ဂဇင်းတို့၌ လူများစု နားလည် အသုံးဝင်အောင် ရေးသားတင်ပြမှု ရှားပါးနေသည်ကို သတိပြုမိခဲ့ပေသည်။

သို့ဖြစ်၍ သိပ္ပံမဂ္ဂဇင်းထဲမှာ ဗုဒ္ဓအဘိဓမ္မာကို ပညာရပ်တစ်ရပ်အနေဖြင့် ရေးသား တင်ပြမည်ဟု ဆုံးဖြတ်လိုက်ပါသည်။

တစ်နေ့တွင် မိတ်ဆွေတစ်ဦးနှင့် စကားစပ်မိပြီး ဤအကြောင်းကို ပြောမိရာ သူက "ဆရ
ဘာသာရေး ဖြစ်ပါ့မလား" ဟု စိုးရိမ်သံဖြင့် စောဒက တက်ပါသည်။

ကျွန်တော်က မဲ့ပြုံး ပြုံးပြီး ပြန်ပြောလိုက်ပါသည်။

"ကိုယ့်လူ အဲဒီလို အထင်အမြင်တွေ ပျောက်အောင်ကိုပဲ သိပ္ပံမဂ္ဂဇင်းထဲမှာ အဘိဓမ္မာကို
သူ နားရှုပ်သွားပုံပေါ်ပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ လိုရင်းတိုရှင်း ပြောခဲ့ပါသည်။

"ကိုယ့်လူက သိပ္ပံ ဆိုတာနဲ့ ညပ်နဲ့ ဖန်ပြွန်တွေနဲ့ ဓာတ်ခွဲခန်းတွေ စိတ်ရောက်သွားတာကိုး
ဆိုတဲ့ စကားရဲ့ အရင်းမြစ်အနက်က 'အကြောင်း၊ အကျိုး ဆက်စပ်ဖြစ်ပေါ်နည်းဖြင့် ရရှိတဲ့ အသိဉာဏ
ဤလို ရရှိသော အသိဉာဏ်ဆိုင်ရာ ဘာသာရပ်ဟာ သိပ္ပံဘာသာရပ်ထဲမှာ အကျုံးဝင်ပါတယ်။

နောက်ပြီး ဘာသာရေး (Religion) ဆိုတာကလည်း အရင်းခံအားဖြင့် ဖန်ဆင်းရှင်နှင့် စပ
သက်ဝင်မှု၊ ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်မှု စတဲ့ အဓိပ္ပာယ် ရှိတယ်"

အဘိဓမ္မာ ဆိုတာက ယထာဓမ္မသဘာသနာပဲ။ ယထာဓမ္မ ဆိုတာက သဘာဝအားလျော်စွာ
ဖြစ်ခြင်းလို့ အဓိပ္ပာယ်ရတယ်၊ သဘာဝ ဆိုတာက 'သ + ဘာဝ' ပဲ။ 'သ' ဆိုတာ 'န' ရဲ့ ဆန့်က
မရှိ၊ မဟုတ်။ 'သ' က ရှိ၊ ဟုတ်။ 'ဘာဝ' ဆိုတာ 'ဖြစ်ခြင်း'။ ထို့ကြောင့် တကယ်ရှိ၊ တကယ် ဟ
ခြင်းသည် 'သဘာဝ' ပဲ။ ဥပမာ ဆူးစူးလို့ နာတာ သဘာဝပဲ၊ ထိပေါက်လို့ ဝမ်းသာတာ သဘာ
(အသက်ကြီးလို့) အိုမင်းရင့်ရော်လာတာ သဘာဝပဲ၊ ရှိတာတွေ ဖြစ်၊ ဟုတ်တာတွေ ဖြစ်တာပဲ။

ထို့ကြောင့် အဘိဓမ္မာရဲ့ အဓိပ္ပာယ်ကို ပြောရရင် တကယ်ရှိ၊ တကယ်ဟုတ်တာတွေ ဖြစ်ခြ
နက်နက်ရှိုင်းရှိုင်း ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ဟောကြားထားတဲ့ ဘာသာရပ် (ပညာရပ်)ဟာ အဘိဓမ္မာပဲ

အဘိဓမ္မာသည် ကြောင်း၊ ကျိုး ဆက်သွယ်ဖြစ်ပေါ်မှုတွေကိုပဲ ဖော်ပြတဲ့ ဘာသာရပ်ဖြစ်လို့
အဘိဓမ္မာမှာ ဖန်ဆင်းရှင် မပါ၍ (ဝါ) ဖန်ဆင်းရှင်ကို လုံးဝ လက်မခံ၍ ဘာသာရေး(Religion)နဲ့
ဘာလဲ၊ ပညာရပ်တစ်ရပ်ပဲ၊ သာသနာတစ်မျိုးပဲ။

ကဲ– ကိုယ့်လူ၊ သိပ္ပံမဂ္ဂဇင်းနဲ့ ဘာသာရေးနဲ့ ဖြစ်ပါ့မလားလို့ မေးတဲ့ ကိုယ့်လူရဲ့အမေးကို
ရရင် သိပ္ပံမဂ္ဂဇင်းနဲ့ ဘာသာရေးနဲ့ မဖြစ်ဘူး။ ဒါပေမဲ့ သိပ္ပံမဂ္ဂဇင်းနဲ့ အဘိဓမ္မာ ဘာသာရပ်ကတော့
ဖြစ်ပါတယ်။ ကဲ ရှင်းပလား"

ဤကဲ့သို့ အမြင်မှန်စေချင်သည့်အတွက် သိပ္ပံမဂ္ဂဇင်းထဲမှာ အဘိဓမ္မာဆောင်းပါးကို စတင် ရေးထ

ဤအဘိဓမ္မာဆောင်းပါးများကို ရေးသားရာ၌ အောက်ပါ မူလေးချက်ကို မဏ္ဍိုင်ပြု၍ ရေးသ

၁။ အဘိဓမ္မာကို တရားဒေသနာဘက်ထက် ပညာရပ်ဘက်သို့ ဦးတည်စေခြင်း၊

၂။ ကျမ်းဖွဲ့စည်းပုံ ပုံသဏ္ဌာန်ပိုင်းထက် အကြောင်းအရာ အနှစ်သာရဘက်သို့ ဆွဲ

၃။ မဂ္ဂဇင်း စာဖတ်ပရိသတ်အနေနှင့် အလှမ်းဝေးသည့် အကြောင်းအရာများထက် ပုပ္ပ
အသုံးဝင်စေသည့် အချက်အလက်များကို ဦးစားပေးခြင်း၊

၄။ အကြောင်းအရာ လေးနက်သော်လည်း အရေးအသား သွက်လက်ပေါ့ပါးစေရန်

ဤသို့ မူချပြီး အဘိဓမ္မာဆောင်းပါးများကို ရေးသား၍ သိပ္ပံမဂ္ဂဇင်းမှာ ထည့်သွင်း ဖော်ပြစေခဲ့
အနေဖြင့် မည်သို့ စိတ်ရှိခဲ့သည် မသိ၊ စာရေးသူ အနေဖြင့်မူ ဟန်မှဟန်ပါ့မလားဟု စိတ်ထင့်၍ နားစွ

ဤအတောအတွင်း ဆရာ့အဘိဓမ္မာဆောင်းပါးများ ဖတ်ရကြောင်း၊ ကောင်းကြောင်း ပြောသူက
အကြောင်းအရာအချို့နှင့် ပတ်သက်၍ အဘိဓမ္မာပညာရပ်နှင့် မျက်နှာစိမ်းနေသေးသူများအနက် မေးသူ
တက်သူက တက်၊ စာတိုပေစကလေးများကလည်း ရောက်လာ၊ ဤအတွင်းမှာပဲ သိပ္ပံမဂ္ဂဇင်းကလည်း (
ရောင်းမလောက်၊ ရှစ်ကျပ်တန်ကို ဆယ့်ခြောက်ကျပ် ပေးဝယ်ကြရ စသည်တို့ကို သိရှိရသောအခါ

ဆောင်းပါးများ ထိရောက်မှု ရှိနေကြောင်း၊ သိပ္ပံမဂ္ဂဇင်း ရောင်းကောင်းတဲ့အထဲမှာ အဟန့်အတား မဖြစ်ဘဲ အလိုက်သင့်ပါနိုင်ကြောင်း တွေးမိ၍ စိတ်ထင့်မှု သက်သာလာခဲ့ပါသည်။

တစ်နေ့တွင် မည်သို့မျှ သတိမရ၊ မည်သို့မျှ မမျှော်လင့်သူတစ်ဦးထံမှ အောက်ပါ စာကလေး စာတိုက်မှ ရောက်ရှိလာခဲ့ပါသည်။

၉-၁၂-၈၁

ဆရာနှစ်ဖက်လှ ခင်ဗျား –

'သိပ္ပံ'မှ ဆရာ့လက်ရာများကို စောင့်ဖတ်ပါသည်။ ယခုလလည်း ဖတ်ပြီးပါပြီ။ အင်မတန် နှစ်ခြိုက်ပါသည်။ အဘိဓမ္မာသဘာဝများကို နှစ်ပေါင်းများစွာ ရှာဖွေစဉ်းစားခဲ့သူအဖို့ပင် ဆရာ့အတွေးဆန်း၊ အမြင်ဆန်း၊ အရေးဆန်းများကြောင့် နှစ်ထောင်းအားရ ရှိလှပါသည်။ ခပ်ရဲရဲပြောရပါမူ အခြေခံအဘိဓမ္မာသဘောကို အတွေးသမားများ 'မြင်'လာ၊ 'လင်း'လာအောင် ယနေ့ထိ ဘယ်သူမှ မရေးသေး၊ ရေးကြသူများတွင်လည်း ဆရာက သာပါသည်။ မြှောက်နေသည် မဟုတ်ပါ၊ ဗိုက်ထဲဝမ်းထဲက အတိုင်းပါ။ ဒီတော့ စာအုပ်ဖြစ်လာအောင် လုပ်ပါ၊ လုပ်မည်ဟုလည်း ယုံကြည်ပါသည်၊ သူတကာနှင့် မတူသော ရှင်းပုံ၊ လင်းပုံ၊ အရေးရဲ၊ အတွေးရဲ၊ အပေးရဲပုံများကို အခြားသော လေ့လာသူများလည်း ကျွန်တော့်လိုပင် တွေ့ကြ သိကြမည်ဟု ယုံကြည်ပါသည်။

ဤနိဒါန်းကို ဖတ်ရှုနေသူအနေဖြင့် အထက်ပါ ပေးစာကို တစ်ကျော့ပြန် ဖတ်ကြည့်ပြီး ဝေဖန်ကြည့်ပါ။ ဤပေးစာကို ရေးသူသည် စာပေလောက၌ မည်သည့် အဆင့်အတန်း၌ ရှိလိမ့်မည် ထင်ပါသနည်း။ စာထဲက ပြနေသော ဓာတ်ရုပ်အရ သူသည် လေးနက်သော အကြောင်းအရာတို့ကို ဝင်စားနိုင်သူဖြစ်ပြီး ကလောင် နိုင်နင်း ကျွမ်းကျင်လှသူ ဖြစ်သည့်အပြင် အများအပေါ် စေတနာထားတတ်သူလည်း ဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရမည် ဖြစ်ပါသည်။

ဆောင်းပါးရှင် နှစ်ဖက်လှ အနေဖြင့်ကား ဤစာကို ရကတည်းက မိမိလုပ်ငန်းအပေါ် အထူး စိတ်ချလက်ချ ဖြစ်သွားပြီး တစ်ကြောင်းတည်းသောစိတ်ဖြင့် လစဉ် မှန်မှန် ဆောင်းပါး ရေးဖြစ်ပါလေတော့သည်။ အထက်ပါ ပေးစာကို မဂ္ဂဇင်းပိုင်ရှင်အား မပြခဲ့ဖူးပါ။ သို့ရာတွင် သူကလည်း နားပူနားဆာ အမြဲလုပ်ပြီး ဆောင်းပါး တောင်းယူလေ့ရှိပါသည်။

သိပ္ပံမဂ္ဂဇင်းဘက်ကလည်း အကြောင်းတရား ညီညွတ်လျက်ရှိ (ဝါ) ပန်းပန်လျက်ရှိ၊ စာရေးသူအနေဖြင့်လည်း ကျန်းမာရေး ပြည့်စုံခြင်း စသော အကြောင်းတရား ညီညွတ်လျက် ရှိသောကြောင့် အမှတ်စဉ်(၁) ၁၉၈၀ ပြည့်နှစ် အောက်တိုဘာလမှ စ၍ ယနေ့ထိ လစဉ် ဆက်တိုက် ရေးသားထည့်သွင်း ဖော်ပြလာနိုင်ခဲ့ပါသည်။

ဆောင်းပါးပေါင်း ၄၇ ပုဒ်သည် ဖူးလ်စကက် စာမျက်နှာ ၂၁၇ ခန့် ရှိလာပါသည်။ အကြောင်းအရာကလည်း လူ့ဘဝ ပဋိသန္ဓေတည်နေပုံမှ စ၍ လက်ရှိဘဝတွင် လူတစ်ဦးစီ၌ မနောဝိညာဉ် စိတ်သဘာဝများက လူကို မည်သို့မည်ပုံ ခြယ်လှယ်ကြကြောင်း ဖော်ပြသည့်နေရာသို့ ရောက်နေသဖြင့် ဤတွင် စည်းသား၍ စာတစ်အုပ် (ပထမအုပ်) ထုတ်လုပ်ရန် ဖြစ်နိုင်သည့် အနေအထားတွင် ရှိလာပါသည်။

ဤတွင် 'ဒီတော့ စာအုပ်ဖြစ်လာအောင် လုပ်ပါ' ဆိုတဲ့ ပေးစာရှင်၏ တိုက်တွန်းချက်အကြောင်းတရားသည် ဟိုအခါက နုသေး (မဖြစ်နိုင်သေး)ပေမယ့် ယခုမူ ရင့်ကျက်(ပစ္စတိ)လာပြီဖြစ်၍ စာအုပ်ဖြစ်မြောက်ခြင်းအကျိုးတရားကို လှလှကြီး ဖြစ်စေနိုင်ပါပေသည်။ ထုတ်ဝေမှု၊ ဖြန့်ချိမှု စသည့် အပိုင်းများလည်း သမီးချောလျှင် သမက်ပေါသည့် သဘာဝအတိုင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

လိုရင်းကျကျ နိဂုံးချုပ်ရပါလျှင် အထက်တွင် ဖော်ပြခဲ့သော အကြောင်းတရားများ ပြည့်စုံမှုကြောင့် ဤစာအုပ် ထွက်ပေါ်လာရခြင်း ဖြစ်ပါသည် ဟူလို။

အပြီးမသတ်မီ နှစ်ခု ပြောလိုပါသေးသည်။ တစ်ခုက ဤစာအုပ်ပါ အကြောင်းအရာ အနှစ်သာရများသည် ဤစာရေးသူ ဖော်ထုတ် သိမြင်သော အကြောင်းအရာများ မဟုတ်ရပါ။ အတု မရှိသော သဗ္ဗညုတရှင်တော်မြတ်

(ဂေါတမမြတ်စွာဘုရား) ဟောကြားခဲ့သော တရားမွေ အမွေအနှစ် ရတနာများ

နောက်တစ်ခုက အထက်ဖော်ပြပါ ပေးစာရှင်၏ အမည်၊ လိပ်စာကို

(ဦး)ကြီးမောင် (ငွေဥဒေါင်း)၊ ရွှေခင်းသာ၊ မင်းလမ်း၊ တောင်ကြီး ဖြစ်ပါသည်။

အမြင်မှန်၍၊ အယူမှန်ပြီး အလုပ်မှန် လုပ်နိုင်ကြပါစေ။ ။

□

ဖြစ်ပါသည်။
ဖော်ပြရန် ဖြစ်ပါသည်။ ပေးစာရှင်မှာ

နှစ်ဖက်လှ
၁၂-၈-၈၅ (တနင်္လာနေ့)
[ပထမအကြိမ်ထုတ် အမှာစာမှ-]

မာတိကာ

ပထမတွဲ - သိပ္ပံအဘိဓမ္မာ

- စာဂဟော ၁၁
၁။ ပဋိသန္ဓေနေရခြင်း ၁၅
၂။ အရိယာခေတ်က သိပ္ပံနည်းကျ တွေးမြင်မှုတစ်ရပ် ၂၀
၃။ သင့်မျက်စိသည် ဘယ်လို မြင်နေသလဲ ၂၃
၄။ အတိဂမ္ဘီရနည်းပညာဉာဏ် ၂၆
၅။ စိတ်နှင့်ရုပ်တို့၏အလျင်နှင့်အသွင် ၃၁
၆။ စိတ်အလျင်နှင့်ဉာဏ်အမြင် ၃၄
၇။ ဘဝင်စိတ်နှင့် အမြင်တို့၏ အခြေခံလက္ခဏာများ ၃၈
၈။ ရုပ်တစ်သက် စိတ် ၁၇ သက် ဖြစ်ပျက်စဉ်သဘာဝ ၄၂
၉။ အဘိဓမ္မာ အမည် ဝေါဟာရအဓိပ္ပာယ် ၄၆
၁၀။ အဘိဓမ္မာ ဝေါဟာရ ပြဿနာ ၅၀
၁၁။ အဆင်းရုပ်မှတစ်ဆင့် အရာဝတ္ထုကို သိရခြင်း ၅၃
၁၂။ နှင်းဆီပန်းကလေးနှင့် စိတ်ကလေးတွေကို သရုပ်ခွဲကြည့်သောအခါ ၅၆
၁၃။ ကိုယ့်စိတ်နှင့်ကိုယ့်ကိုယ် ဘယ်လိုပါလိမ့် ၆၁
၁၄။ စေတသိက်နှင့် ဒုံးယာဉ်၊ တူကြီး လေးတူ ၆၅
၁၅။ စေတသိက်နှင့် ချဉ်ရည်ဟင်း၊ ထူးခြားသော ရှစ်ဂဏန်း ၆၉
၁၆။ သောမနဿသဟဂုတ် လက်ဖက်က သုံးလေးလုတ် ၇၃
၁၇။ ပညာယောင်ဆောင်သော မောဟနှင့် တွဲဖက်သဘာဝများ ၇၇
၁၈။ သင့်စိတ်ထဲက သံလိုက်ဓာတ် လောဘ ၈၁
၁၉။ အကုသိုလ်အတက် အစက်အလက်များ ၈၅

၂၀။ ဒေါသအနိုးထွက်ခြင်းများ
၂၁။ ထိုင်းသည် မှိုင်းသည် တွေဝေသည်
၂၂။ ဆရာ မနိုင် နှစ်ဆောင်ပြိုင်
၂၃။ လူကို ကောင်းကျိုးပေးသော စေတသိက်များ
၂၄။ ဈာန
၂၅။ ဈာန ဆိုတာ စိတ်လား၊ စေတသိက်လား
၂၆။ အမြင်ခံအာရုံနှင့် ပုံသဏ္ဌာန် အရောင်အသွေးတို့ ခြယ်လှယ်မှု
၂၇။ မကြည့်ချင် မြင်လျက်သား တွေ့ပြားအာရုံ
၂၈။ နောကျေဖို့ လိုအပ်သလို ဈာနကျေဖို့ လိုအပ်ပါသည်
၂၉။ လူသာမန်မှာ အာရုံခေါ်ရာ စိတ်ကပါ
၃၀။ လောဘဈာနတွေ သိန်းသန်းကုဋေ ဒေါသဈာနတွေ သိန်းသန်းကု
၃၁။ အသံကို ဘယ်လို ကြား၍ ဘယ်ပုံ သိသနည်း
၃၂။ အသံထွက်နေသော ကမ္ဘာကြီး
၃၃။ အဘိဓမ္မာဆန်သော ရှမ်းပြောသံနှင့် ရွှေဘိုပြောသံ
၃၄။ လူရဲ့နားက အသံဖမ်းစက်၊ ကမ္ဘာလောကကြီးက အသံလွှင့်ရုံ
၃၅။ မနံ့သော အနံ့နှင့် နံ့သော အနံ့များ
၃၆။ ရိုးရိုးလေးနဲ့ အောင်သွယ်လေ
၃၇။ နံ့လျှင် ရန်ဖြစ် မွှေးလျှင် ချစ်
၃၈။ လျှာအဘိဓမ္မာ သိစရာများ
၃၉။ အဆင်းနှင့်အနံ့ကို စား၍ ရသလော
၄၀။ အတွေ့အထိ အသိကိစ္စများ
၄၁။ မနောဒွါရ(သို့)စိတ်ဝင်ပေါက်များ •
၄၂။ ကျယ်ပြန့်နက်နဲသိမ်မွေ့သော ဓမ္မာရုံ
၄၃။ ဓမ္မာရုံ စိစစ်ချက်
၄၄။ မနောဝိညာဉ်၏ အခြေခံကို ရှာခြင်း
၄၅။ လူနှင့် မနောဝိညာဉ်စိတ်အမျိုးမျိုး
၄၆။ ပဉ္စဝိညာဉ်နှင့် မနောဝိညာဉ် ကွာခြားချက်
၄၇။ နေ့စဉ်ဘဝကို ထိန်းပေးမည့် အခြေခံ အဘိဓမ္မာအသိဉာဏ်

ဒုတိယတွဲ - သိပ္ပံအဘိဓမ္မာ

- စာဂဟော
၄၈။ အာသဝေါတရား ဘာလဲ၊ ဘယ်လိုလဲ၊ ဘယ်မှာလဲ
၄၉။ ဝဲဩဃ၊ ကော်ဓေး သံကွင်းဆက်သဘာဝများ
၅၀။ နာမည်ကြီးနေသော ဥပါဒါန်
၅၁။ ကမ္ဘာကိုးကွယ်မှုနှင့် တွေးခေါ်မှုအခြေခံ ဥပါဒါန်
၅၂။ ဥပါဒါန်လွတ်သော ဝါဒနှင့် ဗုဒ္ဓဒဿန

၈၉
၉၃
၉၇
၁၀၁
၁၀၅
၁၀၉
၁၁၂
၁၁၅
၁၁၈
၁၂၂
၁၂၅
၁၂၈
၁၃၂
၁၃၅
၁၃၉
၁၄၃
၁၄၆
၁၄၉
၁၅၃
၁၅၇
၁၆၁
၁၆၅
၁၆၈
၁၇၂
၁၇၅
၁၇၈
၁၈၁
၁၈၅

၁၈၉
၁၉၃
၁၉၇
၂၀၂
၂၀၆
၂၁၁

၅၃။ လူသည် အဘယ်ကြောင့် ကောင်းကင် မပျံနိုင်သနည်း ၂၁၄
၅၄။ တောဘုမ္မာမှ အနုသယကိလေသာ ၂၁၈
၅၅။ ကိလေသာစက် သုံးထောင်ဝက် ၂၂၁
၅၆။ လူ၌ ကိလေသာ အဆင့်ဆင့် ဖြစ်ပေါ်ပုံ ၂၂၄
၅၇။ သံယောဇဉ်ဆယ်ပါး ယန္တရားရဟတ်၊ နဂါးပတ် စက်ရှည် ကြိုးဆယ်မည် ၂၂၈
၅၈။ အချစ်၊ သို့မဟုတ် ကာမရာဂသံယောဇဉ် ၂၃၁
၅၉။ ပဋိဃသံယောဇဉ်၊ သို့မဟုတ် မုန်းတီးခြင်း၏ နီးစပ်မှု ၂၃၅
၆၀။ မိဘနှင့် သံယောဇဉ် ပြဿနာ ၂၃၈
၆၁။ လူ့သဘာဝဆိုးများ၏ လျို့ဝှက်ဆန်းကြယ်သော စီမံဖန်တီးမှုများ ၂၄၁
၆၂။ သင်ခန်းစာသစ် မာတိကာခုနစ် ၂၄၅
၆၃။ လူ၏ဘဝမဏ္ဍိုင်နှင့် ဘဝ၏အမြစ်များ ၂၄၈
၆၄။ ရှာန်ဝင်ပြီးလုပ်မှ ကြီးပွားချမ်းသာမည် ၂၅၂
၆၅။ ကိုယ့်လမ်းကိုယ်ဖောက် ကြိုက်ရာလျှောက် ရောက်မည့်ခရီး ၂၅၆
၆၆။ ဣန္ဒြေသိမှ ဣန္ဒြေရှိတတ်မယ် မဟုတ်လား ၂၅၉
၆၇။ လူကို ဣန္ဒြေပိုင်းမှ ဆန်းစစ်သောအခါ ၂၆၂
၆၈။ အဘိဓမ္မာဣန္ဒြေနှင့် ရာဇဣန္ဒြေတို့ ဆက်စပ်မှု ၂၆၆
၆၉။ သင့်ကိုယ်ထဲမှာ ဗိုလ်တရားကို ရှာပါ ၂၇၀
၇၀။ ငါ လောကီသားလား၊ လောကုတ္တရာသားလား ၂၇၃
၇၁။ ဆရာဝန်လောင်း၊ မိဘပစ္စည်းနိုးသော သားသမီး၊ အပျော်မယား၊ ဘယ်လိုလဲ ၂၇၈
၇၂။ သာမန်အကုသိုလ်၊ ဒုစရိုက်အကုသိုလ်၊ ကမ္မပထအကုသိုလ် ၂၈၂
၇၃။ ငရဲကျိုး(ကြီး)မှာ ကြောက်သလား ၂၈၆
၇၄။ ကောင်းမှုမြတ်နိုး ကောင်းအောင်ကြိုး၍ ၂၉၀
၇၅။ ဧကဂ္ဂတာစေ သဘောတော်ကျတော်မူတယ် ဆိုတာ ၂၉၄
၇၆။ ယုံကြည်မှုစစ်စစ် ဘယ်မှာ ဖြစ်သလဲ ၂၉၈
၇၇။ မတုန်မလှုပ် သက်ဝင်ယုံကြည်မှု ၃၀၁
၇၈။ ဗိုလ်လောကတွင် ရှုပ်နေသောသဘာဝတရားများ ၃၀၆
၇၉။ ဟိရိဗိုလ်နှင့် ဩတ္တပ္ပဗိုလ် ၃၀၉
၈၀။ အဓိပတိ ၃၁၂
၈၁။ လူ့စွမ်းရည် ၃၁၅
၈၂။ လေလည်း အာဟာရ၊ ရေလည်း အာဟာရ ၃၁၉
၈၃။ ဗုဒ္ဓအဘိဓမ္မာက သိပ္ပံရှေ့က ပြေးနေတယ်လို့ ပြောရင် ၃၂၃
၈၄။ ကာမတဏှာနဲ့ ဘဝတဏှာရဲ့လက်ချက် ၃၂၇
၈၅။ နာမ်ထဲမှ အာဟာရသုံးမျိုး ၃၃၁
၈၆။ စေတနာနှစ်မျိုးနှင့် အကျိုးဝိညာဉ်၊ အကြောင်းဝိညာဉ် ၃၃၅
၈၇။ ပြုခဲ့မိတဲ့ မကောင်းမှုနဲ့ ပတ်သက်၍ အဖြေရှာရန် ၃၃၈
၈၈။ အပါယ်သံကြိုးကွင်းဆက် ဖြတ်ရအောင် ၃၄၁

၈၉။ လူကို အပါယ်သို့ ချသည့် လက်သည် ကုက္ကုစ္စ
၉၀။ ကုက္ကုစ္စကို ပယ်ဖျောက်ပြီး ကျောင်းဆောက်၊ ဘုရာ
၉၁။ ကုက္ကုစ္စကြောင့် တရားနာ၍ မရ ဖြစ်နေရာဝယ်
၉၂။ အကုသိုလ်သမား အငြိမ်းစား ကြိုးစား ကုသိုလ်လု
၉၃။ သမ္မပ္ပဓာန်သည် လူ့တရား လူ့လမ်းစဉ်
၉၄။ ပိုင်းခြေသံသရာ၏ ပိုင်းဝေဘဝ တစ်ခဏဝယ်
၉၅။ ဘဝကို သတိ ဘရိတ်အုပ်၊ ဟိရိဩတ္တပ္ပနှင့် ထိန်းချ
၉၆။ ကင်ဆာ၊ တီဘီပိုးထက် ဆိုးသော အကုသိုလ်ကံသ
၉၇။ ကံနှင့်ပတ်သက်၍ ဗုဒ္ဓအယူဝါဒနှင့် လုပ်နည်းလုပ်
၉၈။ လူ့အာပတ်ဖြေနည်း
၉၉။ ပိဋကတ်ဉာဏ်ဖြင့် ကြည့်လေ မြင်လေ သမ္မပ္ပဓာန်
၁၀၀။ တန်ခိုး၏ အခြေခံသဘာဝများ
၁၀၁။ သိပ္ပံက စက်ရုပ်၊ လူက ဓာတ်ရုပ်
၁၀၂။ ဝီထိစိတ်သာ အခြေခံအချက်
၁၀၃။ ဗုဒ္ဓအဘိဓမ္မာဆိုတာ ပျင်းစရာ မဟုတ်
၁၀၄။ ဝီထိစိတ် (လျှပ်စစ်ဓာတ်)နှင့် လူ့ကိုယ်ခန္ဓာ
၁၀၅။ အတွင်းစိတ်နှင့် အပြင်မျက်နှာထား
၁၀၆။ ငိုခြင်း၊ ရယ်ခြင်းတို့၏ အခြေအမြစ်ကို စိစစ်ရာဝယ
၁၀၇။ ဣဒ္ဓိပါဒ်နှင့် ဘဝပြည့်စုံမှု
၁၀၈။ ဣဒ္ဓိပါဒ်ရုပ်၊ သို့မဟုတ် ရသာယတနဆေး အာယုဝ

တတိယတွဲ – ပဋ္ဌာန်းပညာ၊ ပဋ္ဌာန်းတရား

နိဒါန်း

အခန်း (၁)

၁၀၉။ ပဋ္ဌာန်းလမ်းစ
  - ပဋ္ဌာန်း ဆိုတာ ဘာလဲ
  - ပဋ္ဌာန်းကျမ်းကိုဟောဖို့ ပြင်ဆင်ခြင်း
  - ပဋ္ဌာန်းပစ္စည်းများကို ရှာခြင်း
  - ပဋ္ဌာန်းပစ္စည်း ၂၄ မျိုး

အခန်း (၂) ပဋ္ဌာန်းနှစ်ဆယ့်လေးပစ္စည်းအကျယ်

၁၁၀။ ဟေတုပစ္စည်း၊ သို့မဟုတ် ရင်းမြစ်အကြောင်း
  - ဟေတုအဓိပ္ပာယ်
  - ဟိတ်ခြောက်ပါးနှင့် စဉ်းစားဖွယ်
  - ဟိတ်ကြောင့် ဖြစ်သော အကျိုးတရား
၁၁၁။ အာရမ္မဏပစ္စယော – အာရုံအကြောင်း
  - အာရမ္မဏ အဓိပ္ပာယ်

၃၄၅
းတည်တော့ ၃၄၉
၃၅၃
ပ်ရမည် ၃၅၇
၃၆၁
၃၆၅
ျုပ်သွားမည် ဆိုလျှင် ၃၆၈
တ္တိမျိုးဇီဇ ၃၇၁
ဟန်များ ၃၇၅
၃၇၉
၃၈၃
၃၈၆
၃၈၉
၃၉၂
၃၉၅
၃၉၈
၄၀၁
ဉ် ၄၀၅
၄၀၉
မနဆေး ၄၁၂
၄၁၇
၄၂၁
၄၂၁
၄၂၃
၄၂၅
၄၂၇
၄၃၀
၄၃၁
၄၃၁
၄၃၃
၄၃၅
၄၃၆

– အာရုံခြောက်ပါး ဟူသည် ၄၃၆
– အာရမ္မဏာသတ္တိစွမ်းရည် ၄၃၇
– အာရမ္မဏာပစ္စည်းနှင့် လက်တွေ့ဘဝ ၄၃၈
– အာရမ္မဏာပစ္စည်းအရ နေတတ်အောင်နေ ၄၃၉
– ဒွါရ၊ သို့မဟုတ် အာရုံတံခါး ၄၄၀
– အဘိဓမ္မာနည်းကျ မြင်ပုံမြင်နည်း စဉ်းစား ၄၄၀
၁၁၂။ အဓိပတိပစ္စယော– ကြီးကဲစိုးရသဘာဝအကြောင်းတရား ၄၄၃
– အဓိပတိအဓိပ္ပာယ် ၄၄၃
– အဓိပတိဖြစ်သော အာရုံထူး ၄၄၅
– အလေးဂရု မပြုသော စိတ်၊ စေတသိက် ၄၄၆
– အလေးဂရုပြုတတ်သော စိတ်၊ စေတသိက် ၄၄၆
– လောဘသမား၊ ဒေါသသမား၊ မောဟသမား ၄၄၇
– အာရုံအဓိပတိပစ္စည်း ၄၄၈
– သူ၏လောဘကို ကိုယ်အကျိုးရှိအောင် အသုံးချ ၄၄၉
– ကုသိုလ်သမား ရိုးသား ၄၅၀
– လောဘသမား ကုသိုလ်လည်းပြု ၄၅၁
– အဓိပတိဘုရားခန်း ၄၅၂
– ရှိခိုးတတ်မှ ကုသိုလ် ၄၅၃
– ရုပ်တုဆင်းတု ရှိခိုးခြင်း မဟုတ်ပုံ ၄၅၄
– သဟဇာတအဓိပတိ ၄၅၄
– လူ၏စွမ်းရည်လေးမျိုး ၄၅၅
– အဓိပတိ ဖြစ်ချင်လျှင် အဓိပတိ ဖြစ်အောင်လုပ် ၄၅၆
၁၁၃။ အနန္တရပစ္စယော – အကြားမရှိ တစ်ဆက်တည်း အကျိုးပြုသောတရား ၄၅၇
– အနန္တရအဓိပ္ပာယ် ၄၅၇
– အနန္တရနှင့် သံသရာဝါဒ ၄၅၈
– လူသေတော့ စိတ်ပါ သေသလား ၄၅၉
– လူသေတော့ ဝိညာဉ် မသေဘူးလား ၄၆၂
၁၁၄။ သမနန္တရပစ္စယော ဟူသည် ၄၆၃
– သမနန္တရအဓိပ္ပာယ် ၄၆၃
– သမနန္တရပစ္စည်း လိုအပ်ပုံ ၄၆၃
– ရုပ်ခြား၊ နာမ်ခြားကိစ္စ ၄၆၄
၀၁၅။ သဟဇာတပစ္စယော – တကွဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သောပစ္စည်း ၄၆၇
– သဟဇာတအဓိပ္ပာယ် ၄၆၇
– သဟဇာတခြောက်မျိုး ၄၆၇
– အညမညပစ္စည်း ၄၆၉
– အညမညသုံးမျိုး ၄၆၉

နိဿယပစ္စည်း – တည်ရာမှီရာအဖြစ် ကျေးဇူးပြုသော အကြောင်းတရား ၄၇၀
– နိဿယအဓိပ္ပာယ် ၄၇၁
– နိဿယနှစ်မျိုး ၄၇၁
– နာမ်အား ကျေးဇူးပြုသော ရုပ်အကြောင်းတရား ၄၇၃
– ရှေ့ဖြစ် နိဿယသဘော ၄၇၃
– နိဿယနှင့် ဝီထိသဘော ၄၇၄
– ဝတ္ထုရုပ်များကို အနုစိတ်ပြခြင်း ၄၇၅
– အကျိုးပိုင်း၏ လေးနက်မှု ၄၇၅
လက်တွေ့ကျသော ဥပနိဿယပစ္စည်း ၄၇၇
– ဥပနိဿယအဓိပ္ပာယ် ၄၇၆
– ဥပနိဿယသုံးမျိုး ၄၇၈
– ပကတူပနိဿယအကြောင်း ၄၇၈
– ဥပနိဿယပစ္စည်း တစ်ဆယ့်နှစ်ချက် ၄၇၉
– ကုသိုလ်က ကုသိုလ်အား ဖြစ်စေပုံ ၄၇၉
– ကုသိုလ်က အကုသိုလ်အား ဖြစ်စေပုံ ၄၈၀
– ကုသိုလ်က အဗျာကတအား ဖော်ထုတ်ပုံ ၄၈၁
– အကုသိုလ်က အကုသိုလ်အား အကြောင်းပြုပုံ ၄၈၁
– အကုသိုလ်ကြောင့် ကုသိုလ်ဖြစ်ပုံ ၄၈၂
– အကုသိုလ်က အဗျာကတတရားအား ဥပနိဿယပစ္စည်း ဆက်ပုံ ၄၈၄
– အကုသိုလ်က အဗျာကတဒုက္ခရောက်ရပုံများ ၄၈၅
– မောဟ ဆိုတာ ဒါပဲ ၄၈၇
– ပဋ္ဌာတပအကျင့် ၄၈၇
– မီးလုပ်ကျွေးသည့် ဗြဟ္မဏဝါဒ ပဏ္ဏနာကြောင့် ၄၈၈
– အကုသိုလ် အဆိုးချည်း မဟုတ် ၄၈၈
– ကာလနှင့်ဒေသ ခြားပြီး ဘယ်လို အကျိုးပေးသလဲ ၄၈၉
– မစိုးရိမ်ဆရာတော်၊ ဆရာဦးလှမောင် ဟင်းမကောင်းခြင်း ၄၉၁
– ချမ်းသာနှင့်ဆင်းရဲတို့၏ အဆက်သွယ် ဖြစ်ပေါ်မှုများ ၄၉၁
– အဗျာကတက အကုသိုလ်ဖြစ်အောင် ဥပနိဿယပစ္စည်းဖြင့် ကျေးဇူးပြုပုံ ၄၉၃
– သုခ ဒုက္ခ စသည်တို့က ဒါန၊ သီလ ဖြစ်စေပုံများ ၄၉၃
– အဗျာကတတရားက အကုသိုလ်ဖြစ်အောင် ဥပနိဿယစွမ်းအားဖြင့် အကျိုးပြုပုံ ၄၉၅
– ပညာကြီးသူတို့၏ဘာသာရပ် ၄၉၆
ပုရေဇာတပစ္စည်း – ရှေး၌ ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သော အကြောင်းတရား ၄၉၇
– ပုရေဇာတအဓိပ္ပာယ် ၄၉၇
– စိတ်သက်တမ်းနှင့် ရုပ်သက်တမ်း ၄၉၇
– ပန်းတစ်ပွင့် မျက်စိဖြင့် မြင်ပုံ စဉ်းစားပါ ၄၉၈
– ရုပ်ဝါဒ၊ နာမ်ဝါဒ နှစ်စွန်း မထွက် ၄၉၉

၁၁၉။ ပစ္ဆာဇာတ – ပစ္စည်းက နောင်မှ ဖြစ်ပြီး ကျေးဇူးပြုသော အကြောင်းတရား ၅၀၀
– ပစ္ဆာဇာတအဓိပ္ပာယ် ၅၀၀
– မျှော်လင့်ချက်စွမ်းအား ၅၀၀
၁၂၀။ အာသေဝနပစ္စည်း – အဖန်တလဲလဲ မှီထုံစိမ်သောအနေဖြင့် အကျိုးကိုဖြစ်ပေါ်စေသော အကြောင်းတရား ၅၀၂
– အာသေဝနအဓိပ္ပာယ် ၅၀၂
– ဇောထဲမှာမှ အာသေဝနရ ၅၀၂
– လုပ်စရှိလျှင် လုပ်ချင်ချင် ၅၀၄
၁၂၁။ ကမ္မပစ္စည်း – ကံအကြောင်းခံ ကျေးဇူးပြုမှုများ ၅၀၅
– ကမ္မအဓိပ္ပာယ် ၅၀၅
– အတူဖြစ် စေတနာ အတူအကျိုးပြု ၅၀၆
– မျိုးစေ့စေတနာ နောင်အခါ အကျိုးပြု ၅၀၆
– ကုသိုလ် အကုသိုလ်လုပ်ပြီး အဘယ်ကြောင့် ချက်ချင်း အကျိုးမပေးသနည်း ၅၀၇
– ကာလခြား၊ နေရာခြားပြီးမှ အကျိုးပေး ၅၀၈
– အကာလိကောနှင့် ကမ္မပစ္စည်း ခွဲခြား ၅၀၈
– အကျိုးပေးကို ဓမ္မပဒနှင့် ကြည့် ၅၀၉
၁၂၂။ ဝိပါကပစ္စည်း – အကျိုးချင်း အကျိုးပြု ၅၁၀
– ဝိပါကအဓိပ္ပာယ် ၅၁၀
– အချင်းချင်း အကြောင်းအကျိုးဖြစ် ၅၁၀
၁၂၃။ အာဟာရပစ္စည်း – အာဟာရလေးမျိုးနှင့် အာဟာရကျေးဇူးပြုပုံများ ၅၁၁
– အာဟာရအဓိပ္ပာယ် ၅၁၁
– ရုပ်လည်း အာဟာရ၊ နာမ်လည်း အာဟာရ ၅၁၁
– ဩဇာနှင့်အား ၅၁၁
– စားတိုင်း အားမဖြစ်သော ငုပ်ကွက် ၅၁၂
– ဩဇာရှိသော အာဟာရဖြစ်ဖို့လို ၅၁၃
– နာမ်အာဟာရ ကျေးဇူးပြုပုံ
၁၂၄။ ဣန္ဒြိယပစ္စည်း ဆက်သွယ်မှု ကိစ္စ ၅၁၅
– ဣန္ဒြေ၏အဓိပ္ပာယ် ၅၁၅
– အစိုးရမှု သုံးမျိုး ၅၁၅
– ဣန္ဒြေဖြစ်လျက် ပစ္စည်းမဖြစ် ၅၁၆
– အကြောင်းဖြစ်ရန် လိုအပ်သော အချက်သုံးရပ် ၅၁၆
– ဣန္ဒြိယပစ္စည်း မဖြစ်လျှင် ဣန္ဒြေဖြစ်နိုင်မည်လော ၅၁၇
၁၂၅။ ဈာနပစ္စည်း ဟူသည် ၅၁၈
– ဈာန အဓိပ္ပာယ် ၅၁၈
– ဈာန်နှင့်ဈာန်အင်္ဂါစေတသိက် ၅၁၈
– ဈာန် ဆိုတိုင်း အကောင်းချည်းလော ၅၁၉

၁၂၆။ မဂ္ဂပစ္စယော ရှင်းလင်းချက် ၅၂၀
- မဂ္ဂအဓိပ္ပာယ် ၅၂၀
- ရွေးရန် လမ်းနှစ်သွယ် ၅၂၁
- 'သမ္မာ' နှင့် 'မိစ္ဆာ' ၅၂၁
- မိမိ သွားရမည့်လမ်း ရွေးရန် ၅၂၂
- ဘုံအထူးသို့ ရောက်စေမှု ၅၂၂
- ကမ္မပထပတ္တနှင့် ဘူမန္တရပတ္တ ၅၂၂
- ဈာန၊ ကမ္မ၊ မဂ္ဂ ၅၂၃

၁၂၇။ သမ္ပယုတ္တပစ္စည်း စသည် ၅၂၅
- သမ္ပယုတ်ဖြစ်ရန် လက္ခဏာ ၅၂၅

၁၂၈။ ဝိပ္ပယုတ္တပစ္စည်း ၅၂၆
- မယှဉ်ပုံ သုံးမျိုး ၅၂၆

၁၂၉။ အတ္ထိပစ္စည်း ၅၂၇
- ပဋ္ဌာန်းအရ'ရှိ'ပုံ ၅၂၇
- 'အတ္ထိ' ရှစ်မျိုး ၅၂၈

၁၃၀။ နတ္ထိပစ္စည်း ၅၂၉
- နတ္ထိအဓိပ္ပာယ် ၅၂၉

၁၃၁။ ဝိဂတပစ္စည်း ၅၃၀
- ဝိဂတအဓိပ္ပာယ် ၅၃၀

၁၃၂။ အဝိဂတပစ္စည်း ၅၃၁
- အဝိဂတအဓိပ္ပာယ် ၅၃၁

အခန်း (၃)

၁၃၃။ ပစ္စည်းတရားတို့၏ စုပေါင်းသတ္တိ စုပေါင်းစွမ်းအား ၅၃၂
- မျိုးတူစုပစ္စည်းများ ၅၃၃
- ဟေတုပစ္စည်းဆက်ပုံ ၅၃၅
- အဓိပတိပစ္စည်းဆက်ပုံ ၅၃၅
- အာသေဝနပစ္စည်းဆက်ပုံ ၅၃၆
- သဟဇာတကမ္မပစ္စည်းဆက်ပုံ ၅၃၆
- နာနက္ခဏိကကမ္မပစ္စည်းဆက်ပုံ ၅၃၇

နိဂုံး ၅၃၈