

பொருள் உபநிஷத். ப

- ၁ - လောက: နိဗ္ဗာန် ၁၃၂၁ လောက: ၁၃၂၁ လောက
- ၂ - လောက: ၁၇ လောက: ၁၇ လောက: ၁၇
- ၃ - လောက: ၁၈ လောက: ၁၈ လောက: ၁၈
- ၄ - လောက: ၁၉ လောက: ၁၉ လောက: ၁၉
- ၅ - လောက: ၂၀ လောက: ၂၀ လောက: ၂၀
- ၆ - လောက: ၂၁ လောက: ၂၁ လောက: ၂၁
- ၇ - လောက: ၂၂ လောက: ၂၂ လောက: ၂၂
- ၈ - လောက: ၂၃ လောက: ၂၃ လောက: ၂၃
- ၉ - လောက: ၂၄ လောက: ၂၄ လောက: ၂၄