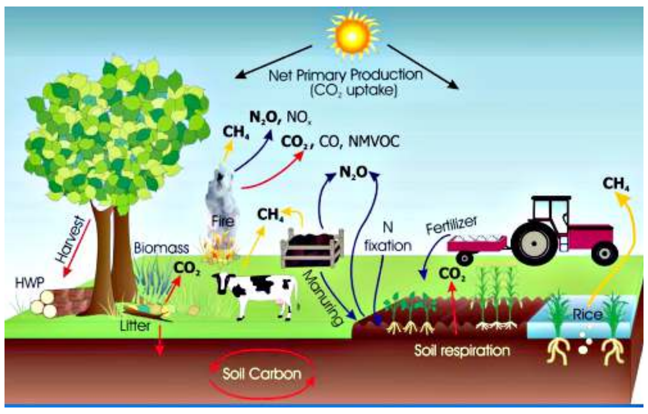
গ্রীন হাওস গ্যাস - শা-ষণগা লৈনরিবা মরী

ডো. সরাংথেম জেসমারানি



লমদম অমগী অঙ্গৈং-অশা, নোংজু-নুংশা অমদি নুংশিৎকী ফীভম্না লৈবাক লৈহাও, মনা-মশিংগী পোখোক্তা অমদি শা-ঙাগী পোখোক্তা অহোংবা কয়া পুরকই। গ্লোবেল ৱার্মিং হায়বসি মালেম (পৃথিবী) গী অশাবা হেনগৎলকপবুনি। মালেম্না নুমিৎতগী ইনর্জি লৌদুনা মালেমদা লৈরিবা জীব পানবা খুদিংমক লুম্না থল্লি। মসিদসু নত্তনা অঙ্গৈং-অশা কায়দনা থম্নবা মালেম্নসু ইনর্জি খরা পুথোকপা মথৌ তাই। মালংদা য়াওরিবা গ্যাসনা মালেমদা কোয়শিন্দুনা সোলর রেদিএসন চৎহন্দনা ফাজিনবা ঙমহল্লি। হায়রিবা গ্যাস অসিবু গ্রীন হাওস গ্যাস হায়না খঙনৈ। মসি য়ামখৎলক্লগদি মালেমদা হেন্না শাগৎলকপগী মচাক অমা ওইরি। হায়রিবা গ্রীন হাওস (কার্বোন-দাইওক্সাইদ, মিথেন, নাইত্রস ওক্সাইদ, ঈশিং মনিল, ক্লোরোফ্লুরোকারবোন) অসি খূৎশেমগী ওইবসু য়াই নৎত্রগা শাগোন্নরকপসু য়াই। গ্রীন হাওস গ্যাসতা য়াওরিবা ঈশিংগী মনিলসি শাগোন্নরকপনিনা মালেমগী শাবগী চাংসি খরমখৈদি শেন্নরগা থম্বা ঙম্মী। গ্রীন হাওস গ্যাস য়াওদ্রগদি শাবগী চাংসি অসুক্কী মতিক নেমখিদুনা মীওইবা অমদি জীব পানবা খুদিংমক হিংবা ঙমদে অদুগা করিগুম্বদা গ্রীন হাওস গ্যাসকী চাং ৱাংনা লৈখ্রগদি শাবগী চাংসি অসুক্কী মতিক ৱাংখিদুনা থক-খা ওন্নবগুম অঙ্গৈং-অশা, নোংজু-নুংশাগী চাং হোংলকপা কয়া অমা মায়োক্লগদৌরি।

অঙ্গৈং-অশাগী খল কায়রকপনা ষণগী পোখোক চাথোক্তা মরি থোক্লা অকায়বা পীরি। মখোয় অদুদি :-

- শা-ষণগী মচিঞ্জাক ফংনবা অমদি মমলদা অহোংবা লৈরকপা।
- শা-ষণনা চানবা অফবা মখলগী শজিক থাবিবা অমদি লৌবুক লম্ফাংদা হৌরিবা শজিক খুদিংমক্কী পোখোক অমদি শজিক্কী ক্বালিটি অমদি ক্বান্টিটিদা অহোংবা কয়া লৈরকপা।
- অঙ্গৈং-অশাগী খল কায়রকপনা শা-ষণদা লায়না তীলনা শন্দোরকপদা অচৌবা মতেং পাংই।
- কা হেন্না অঙ্গৈং-অশাগী খল কায়রকপদা শা-ষণশিংগী শারেপ ফানবা হোৎনবদা, চাগোকপদা অমদি হকচাংগী ফীভম ফগৎনবা হোৎনবদা অহোংবা কয়া লৈহল্লি।

গ্রীন হাওস গ্যাসকা ষণগা লৈনরিবা মরী :-

- শা-ষণদা পীজরিবা শজিকশিং থাবদা হার ময়াম অমা চঙই। হায়রিবা হারসি শেম্বদা ফোসিল ফিউয়েল কয়া অমসু চঙই। হায়রিবা ফোসিল ফিউয়েলসি শীজিন্নবা মতমদা কার্বোন দাইওক্সাইদকী চাং ৱাংনা পুথোরকই। অসুম্না চাংচত্তা চহী অমদা মিল্লিয়ন টোন ৪০গী কার্বোন দাইওক্সাইদ পুথোকই।
- শা-ষণনা চানবা শজিক থানবা অমদি মখোয়না লৈনবা উমং কোকথোকপা নৎত্রগা মৈ থাবা মতমদা কার্বো দাইওক্সাইদকী চাং য়াম্না পুথোকই।
- শা-ষণনা চাশিল্লিবা মচিঞ্জাকশিংসি মথং মনাও নাইনা তুম্নবা হোৎনবদা মাইক্রোবিএল ফর্মেনটেসন তৌদুনা মিথেন গ্যাস পুথোকই। হায়রিবা মিথেন গ্যাসসি শা-ষণনা চারিবা মচিঞ্জাক অমদি মখোয়না তুম্নবা হোৎনরিবা প্রোগেস অদুগী মতুং ইল্লি। শা-ষণদা চাকখাও মরি পানবা (ষণ, ইরোই, হামেং, য়াও অসিনচিংবা) গা পান্দবগা মিথেন গ্যাস পুথোকপগী চাংদম্নবদা চাকখাও মরি পানবদনা হেল্লি। চাকখাও মরি পানবা শাশিংদি অয়াম্বনা শজিক্লা নম্না চাই। মফোনগী শরুকসু চাই অদুবু নোংমদা ষণবী অমনা য়ামদ্রবদা কেজি ৪০গী শজিক্তি চাবা ঙম্মী। মখোয়না চাশিনখ্রবা মতুংদা অমুক ঙাইহাক পোত্থারগা থকলোমদা হাইদোরকপা মতমদসু মিথেন গ্যাস অসি পুথোরকই। শা-ষণনা চারিবা মচিঞ্জাক্কী ক্বালিটি অমদি ক্বান্টিটিসু মিথেন গ্যাস পুথোকপগী মখা পোল্লি। ক্বালিটি হন্থবা মচিঞ্জাক্তা মিথেন গ্যাস পুথোকপা হন্থহল্লি অদুগা ক্বালিটি য়াম্না মচিঞ্জাক পীজরগদি মিথেন গ্যাস পুথোকপগী চাং ৱাংই।
- শা-ষণশিংগী মথি ময়ুংশিংসি নুংশিৎ অমসুং ওক্সিজেন য়াওদনা পুমথহন্নবা হোৎনবদা মিথেন গ্যাস পুথোকই। মিথেন গ্যাস পুথোক্লবা হোৎনবদা চঙলিবা বেক্টেরিয়াসি মথি ময়ুংশিংগী টেম্পরেচর অমদি মোইচরগী মখা পোল্লি। মসিদসু নত্তনা শা-ষণনা চারিবা চিঞ্জাক অমদি মখোয়গী দাইজেষ্টিব সিষ্টেমগী মখাসু য়াম্না পোল্লি।
- শা-ষণগী মচিঞ্জাক অমদি অতোপ্পদগী অকংবা কয়া লেমহৌবনা নাইটরস ওক্সাইদকী চাং হেনগৎহল্লি অমদি মথি ময়ুং নীংথিনা মেনেজ তৌদ্রগসু নাইত্রস ওক্সাইদকী চাং ৱাংহল্লি।

মালেম অপূনবগী ওইনা কার্বোন-দাইওক্সাইদ পুথোকপদা শা-ষণনা চাদা ৯ পুথোকই। মিথেন গ্যাসনা চাদা ৩৫-৪০ পুথোকই অদুগা নাইত্রস ওক্সাইদনা চাদা ৩.৬৫গী চাংদা পুথোকই।

গ্রীন হাওস গ্যাস পুথোকপগী চাং করম্না হন্থহনগনি ? :-

- শা-ষণনা চারিবা শজিক থাবা মতমদা শীজিন্নরিবা হারশিং য়ারিবমখৈ শীজিন্নদনবা হোৎনবা।
- য়ারিবমখৈ মফোনগী শরুক্লা নম্না পীজবগা লোয়ননা লোকলদা ফংলিবা শজিক ময়াম অমা পীজনবা হোৎনবা।
- ফোসিল ফিউয়েল চাং হন্থনা শীজিন্নবা।
- শা-ষণশিংসি শঞ্জাবুংদা থাদোক্তুনা শজিক চাহনবা।
- মথি ময়ুংশিং লম্ফাংদা চাইথোক্লবনিনা মিথেন গ্যাস পুথোকপগী চাং হন্থহল্লি।
- করিগুম্বা মতমদসু লৈবাক্তগী দি নাইত্রোফিকেসন তৌদুনা নাইত্রস ওক্সাইদ পুথোকই। শা-ষণনা শঞ্জাবুংদা শজিক চাবা মতমদা মথি ময়ুংশিং ফাইদোক্লিবশিং অসি ঈশিংনা নীংথিনা চাইথোক্লগদি নাইত্রস ওক্সাইদকী চাং হন্থহল্লি।

ঐখোয়না গ্রীন হাওস গ্যাস চাং হন্থনবা অমদি তুং কোয়না মতম শাংনা হিংনবা কাঙলোন চুম্না শা-ষণ লোইনবা হোৎনসি। ●

ঙা শেম্বদগী লেল্লকপা কান্নদবা পোৎশকশিং শীজিন্নদুনা ঙাগী মচিঞ্জাক শেম্বা

ডো: য়ূম্নাম বেদজিৎ

ঐখোয়না ঙা য়োকপা মতমদা চঙবা অপূনবা পৈশাগী চাদা ৬০ ঙাগী মচিঞ্জাক্তা থাদবীরবদি ঐখোয়না পাল্লিবা পোৎথোক অদু ফংবা ঙমগনি অমদি শেন্দোংসু মতিক চানা ফংগনি। ঙাগী মচিঞ্জাক শেম্বা মতমদা প্রোটিনগী শরুক অসি তঙাইফদনা হাপ্তবা য়াদ্রবা মচল অমনি। হায়রিবা প্রোটিনগী চাং ৱাংনা য়াওবা পোৎশকশিং অসি মমল ৱাংই তৌইগুম্বসুং ঙা শেম্বা মতমদা লেমহৌবা ঙাগী মশাইগুপ, মকোক্কী শরুক, মশা অমদি মথিবোং-মরিলনচিংবা পোৎশকশিং অসি শীজিন্নদুনা প্রোটিনগী চাং ৱাংবা মচিঞ্জাক পুথোকপা য়াই অমদি ঙা শেম্ফমশিংদগী মফম চাদনা হুন্দোরকপদগী থোকহনবা য়াবা খুদোংচাদবদগীসু কনবা ঙমগনি।

ঙা শেম্বদগী লেল্লকপা কান্নদবা পোৎশকশিংবু কান্নবা পোৎশক অমা ওইহন্ননবা ফিস সিলেজ হায়বা পোৎশক অমা পুথোকপা য়াই। হায়রিবা পোৎশক অসি ঙা মপূম নৎত্রগা ঙাগী কান্নদবা শরুকশিং শীজিন্নদুনা অমদি এসিদ, এনজাইম পুথোকপা ঙম্বা বেক্টিরিয়াশিং হাপচিন্দুনা মহি ওইবা পোৎথোক অমা পুথোকপা অদুবুনি। অহানবদদি হায়দ্রোক্লোরিক এসিদ নৎত্রগা সলফরিক এসিদ অমদি চিনি শীজিন্নদুনা পুথোক্লরম্মী। তৌইগুম্বসুং ওর্গানিক এসিদ হায়বদি ফোর্মিক এসিদকুম্বা শীজিন্নদুনা পুথোকপনা হেন্না খুদোং চাই। মরমদি ঙাদা পীজবা মতমদা অশিনবা শরুক্তু অয়াকপা ওন্থোকত্রবসু পীজবা য়াই। করিগুম্বা ইন ওর্গানিক এসিদ শীজিন্নবা তারবদি অশিনবা পোৎশক্তু অয়াকপা পোৎশক হাপচিন্দুনা ন্যুত্রেল ওইহনবগী তঙাইফদবা লৈ অমদি য়াম্না শিনমনখিবনা বেক্টিরিয়া শিবদগী খুদোংচাদবা কয়াসু লৈ। খ্বাইদগী ফবদি ফোর্মিক এসিদ অমসুং প্রোপিওলিক এসিদ য়ানশিন্নদুনা শীজিন্নবা অসিনি। হায়রিবা এসিদ অসি তঙ্খাই তঙ্খাই য়ানশিন্নরবা মতুংদা ঙাগী পোৎশক অদুগী চাদা অহুম হাপ্পীদুনা শেম্বা সিলেজ অদু মগুণ লৈ অমদি মহাও লৈবা মরম্না ঙানা য়াম্না পাম্না চাই।

ইনওর্গানিক এসিদ অমদি ওর্গানিক এসিদ য়ানশিন্নদুনা শেম্বা অমদি ইনওর্গনিক এসিদ ঙাক্তা শীজিন্নরবদি শেল চঙবা হন্থে। তৌইগুম্বসুং খুদোংচাদবা কয়া লৈ। ঙাগী সিলেজ অসি শেন্নবগীদমক্তদি ঙাগী শরুকশিং অদু কুপ্না ককপীগদবনি। অমদি এসিদ হাপচিন্দুনা তুমহনগদবনি। এসিদ হাপচিল্লবা মতুংদা ফজনা ওৎপীগদবনি। নৎত্রবদি এসিদকা থেংনহৌদবা শরুক্তু তুম্বা ঙমলোই। মসিগী মতুংদদি তপ্না তপ্না সিলেজ ওইরক্লগনি। হায়রিবা থৌওং অসিবু ঐখোয়গী কাগী অইং-অশা অসিদা তৌবীগদবনি। ফজনা তুল্লবা ঙাগী সিলেজ অসি শীজিন্নবা য়ারে। তৌবতবু মহি ওইবনিনা ঙাদা পীজবা মতমদা খুদোংচাদবদি লৈ। হায়রিবা সিলেজ অসি

শেম্বা মতমদা ঙাগী শরুক অদু ফজনা তুমদ্রিবা ফাওবদি মরক মরক্তা অমুক অমুক ওৎপীবা দরকার ওই। ফজনা তুল্লবা মতুংদদি মতম কুইনা লিদুনা থম্বা য়ারে। করিগুম্বা মহিদু পীজবা মতমদা খুদোংচাদ্রবদি কংহল্লবা মতুংদা পীজবীবা য়াই।

ঙাদগী শেম্বা সিলেজ অসি ঙাখক্তা নত্তনা অতোপ্পা জীবশিংদা পীজবসু য়াই। খুদম ওইনা হায়রবদা য়েন, ঙানু অমদি ওক্লচিংবদা পীজবীবদা য়াম্না কান্নগনি। মণিপুরগী ওইনা ঙা য়োকপদা থেংনরিবা খ্বাইদগী চাউবা সমস্যা অমদি ঙাগী মচিঞ্জাক ফংদবা অসিনি। চেঙকুপ অমদি থাউথি তঙ্খাই তঙ্খাই য়ানশিন্নদুনা শেম্বা মচিঞ্জাক পীজবীবসু য়াই। তৌইগুম্বসুং ভিটামিন মিনরেলগী মিকচর অসি চাদা অমা য়ানবিগদবনি নৎত্রবদি ঙাগী দরকার ওইবা মচল শুনা ফংবা ঙমলোই। অসুম্না শেল্লবা মচিঞ্জাক অসি পীজবদা খরমখৈদি কান্নবা ফংগনি হায়বগী ৱানি। মপান লমদগী পুশিল্লকপা প্রোটিনগী শরুক ৱাংবা অমদি ঙাগীদমক দরকার ওইবা মচলশিং শুনা হাপতুনা শেল্লক্লবা মচিঞ্জাক পীজবদা ফংবা কান্নবগদি মান্নরোই। তৌইগুম্বসুং ঙাগী পোৎথোক খরা হন্থরবসু অফং অফংবা মচিঞ্জাক পীজরবদি মচিঞ্জাক্কীদমক্তা চঙবা শেল হন্থরক্কনি।

মতাং অসিদা থমজনীংবা ৱাফম অমদি শা-ঙা য়োকপা মতমদা মচিঞ্জাক্কী খুদোংচাদবা কয়া থেংনরি। করিগুম্বা মতমদা বন্দ-ল্লোকেদ লৈবদগী য়েনগী মচিঞ্জাক ফংদবনা মরম ওইদুনা চাননবা য়েন ফংদবনচিংবা কয়া থেংনরি অদুম ওইনমক য়েন অমদি ঙাগী মচিঞ্জাক শেম্নবগীদমক্তা ফিদ মিল/ফিদ কম্পনি লৈতবনা মরম ওইদুনা শা-ঙা য়োক্তুনা শেন্দান লন্থী ওইরিবা মীওইশিংদা খুদোংচাদবা কয়া থেংনরি। ঙাগী মচিঞ্জাক পুথোক্লবা থৌরাং লৌখৎতবগী মরম কয়াসু লৈরম্বা য়াই। মরুওইনা মচিঞ্জাক শেম্বদা চঙগদবা মচাকশিং ফংদবা, থৌরাং অসি পায়খৎপা মতমদা মায় পাক্লোই হায়বগী চিংনবা অসিনচিংবনি।

তৌইগুম্বসুং অফংবা পোৎশকশিং শীজিন্নদুনা মচিঞ্জাক পুথোকপা করম করম্বা পোৎশকশিং শীজিন্নবা য়াবগে হায়বদু থিজিনবা অমদি ঙা মচিঞ্জাক শেম্বদা চঙগদবা পোৎশকশিং অদু ফংহন্নবগীদমক্তা থৌরাং পায়খৎপগী তঙাইফদবা লৈরি অমদি লৈঙাক্কী লোইঙশিংবুসু পূক্লিং চিংশিঞ্জনীংই। মপান লমদগী পুশিল্লকপা মচিঞ্জাক পীজবা মতমদা ঙাগী ঙাথোক হেনগৎহনগনি। তৌইগুম্বসুং মচিঞ্জাক্কী মমল তাঙবনিনা ঙা য়োকপদা চঙবা শেলগী চাং ৱাংগনি। অসুম্না ঙাগী মচিঞ্জাক শেম্বদা চঙগদৌবা মচলশিং অসিসু মপান লমদগী পুশিল্লকপা তারবদি মণিপুরদা ঙাগী মচিঞ্জাক পুথোকপা তারবসু থোইদোক হেন্দোক্লা কান্নবদি ফংলোই। ঐখোয়গী লমদম অসিদা য়োক্লিবা ঙা য়োকপগী থৌওং অসি অসুক্কী মতিক শোৎথরি হায়বদি কনাগুম্বা মীওই খরদি মচিঞ্জাক শুংপী পীজদনা পুখ্রিগী ঈশিংদা মহৌশানা লৈজরকপা মচিঞ্জাক খরা চাহল্লগা য়োক্লরি। কনাগুম্বা মীওই খরনা নাপী চাবীগী মচিঞ্জাক ওইনা নাপী খরা পীজরগা য়োক্লরি। অদুগা কনাগুম্বা মীওই খরনা চেঙকুপ খরা নৎত্রগা থাউথি খরদমক পীজরগা য়োক্লরি। মরম অদুনা ঐখোয়না পাল্লিবা ঙাগী পোৎথোক অদু ফংবা ঙমদ্রিবনি।

ঐখোয় মীওইবনা হায়নবা লৈ মদুদি নিঙাই তৌগনবা অঙাংনা মপূক থল্লি। অসুম্না য়েনবু ওইরো নৎত্রগা ওকপু ওইরবসু মতম চানা মচিঞ্জাক থাহৌদ্রবদি মখোয়না খোংলকপা নৎত্রগা মখোয়না তৌরকপা মওং-মতৌ অদুদা য়েংবা ঙম্লক্তদুনা মচিঞ্জাক পীজবীনবা শুংশোয় শোয়দনা হোৎনগনি। অদুবু ঙাদি ঈশিং মনুংদা লৈবনিনা মবুক লাম্লমগনি হায়বদু উবা ঙমদবনিনা মীওই অয়াম্বনা খন্থনদে।

ঙা য়োক্লিবা মীওইশিংনা মচল শুবা মচিঞ্জাক মতম চানা অমদি মবুক থন্না পীজদুনা লমদম অসিগী ঙাগী পোথোক হেনগৎহন্নবা হোৎনমিন্নরসি। মচল শুবা মচিঞ্জাক শেম্নবগীদমক্তদি মথক্তা পঙ্খ্রিবা ঙাগী সিলেজ অসি পীজবীবা য়াই নৎত্রগা চেঙকুপ, থাউথিগুম্বগা য়ানন্নিদুনা পীজবীগদবনি। ◀◀

অহেনবা ফৌথোক্কীদমক অফবা ফৌদি

ডো. ৱাইখোম জিতেন

মণিপুর অসি ফৌনা মপূং ওইবা চিঞ্জাক ওইবা লমদম অমনি। খরিফ হায়রগা খঙনবা কুমগী নোং লাক্লবা মতমদা পায়খৎপা লৌউ-শিংউগী মহৈ-মরোংশিংগী মনুংদা ফৌনা খ্বাইদগী মরুওইবা মহৈ মরোং অমা ওইনা মণিপুরদা থানরি। মণিপুরগী অপূনবা লৌউ-শিংউ তৌরিবা মফমগী চাদা ৮০ রোমদি নোংজু মতমদা ফৌ থাই। মরম অসিনা লমদম অসিগী শেন্মীৎলোন ফগৎপগা ফৌগী পোথোক মরাং কায়বগা মরী য়াম্না লৈনৈ। ফৌগী পোথোক হেনগৎহন্নবা হোৎনবদা চংবা তোঙান-তোঙানবা মচাকশিংগী মনুংদা অফবা ফৌদি হায়বসিসু থাদোক্লবা য়াদ্রবা মচাক অমনি। ফৌ থাবদা চংবা তোঙান তোঙানবা মচাকশিংগী মনুংদা ফৌদি হায়বসি শেলদি য়াম্না চংবা নৎত্রবসু পোথোক হেনগৎহনবদা য়াম্না চাউবা থৌদাং য়াবা মচাক অমনি। ঐখোয়না উরিবা ফৌ হায়বা পোৎলম অসিদা চানবগীদমক শীজিন্নগদবা ফৌ অমদি মথং চহীদা লৌবুক্তা থাদুনা ফৌ পুথোক্লবা ফৌ নৎত্রগা ফৌদি হায়দুনা মখল অনী থোক্লা খায়দোকই। ফৌদি ওইনা শীজিন্নগদবা ফৌ অসিনা চানবগী ফৌদগী তোঙাল্লি। মসি লৌউ কাঙলোন্দগী হৌরগা লীদুনা থম্বা ফাওবদা খেন্নবা কাঙলোন খরা লৈ।

অফবা ফৌদি শীজিন্নবা লৌফম্না অতোপ্পা লৌফমদগী চাথোক চাদা ২০ ফাওবা হেন্না ফংবা ঙমই। মরম অসিনা অহেনবা চাথোক ফংনবগীদমক অফবা ফৌদি শীজিন্নবা হায়বসি তঙাইফদনা তৌদ্রবা য়াদ্রবা থৌরম অমা ওইরে।

অফবা ফৌদি :

(১) ফৌ মখলশিং অদু চাউবা/পিকপা, শাংবা মান্নগদবনি। ফৌগী মচু, মতু চোম্বা/চোমদবা মান্নগদবনি।

(২) ফৌ অদুদা অতেক-অকায় ওইবা, তীলনা শোকখিবা লায়না চেনবনচিংবা ফৌ ওইরোইদবনি।

(৩) ফৌ অদুদা অমোৎপা অতোপ্পা পান্থীগী নাপীনচিংবগী মরূ য়াওরোইদবনি।

(৪) ফৌ মখল অদুগী মপা মপুগী ওইবা মরমচৎশিং মান্নগদবনি।

(৫) ফৌ মখলশিং অদু চাং মান্ননা হৌবা, মতোল চোংবা ওইবগা লোয়ননা শাহৌ ফবা মান্নগদবনি অমদি হৌরবা পান্থীশিং অদু মপূং মরৈ ফাবা ফাওবা লৌফমদা হৌদুনা লৈবা ঙম্বা ওইগদবনি।

(৬) মশক খঙলবা মফমদগী পুথোকপা ওইবগা লোয়ননা তৌদ্রবা য়াদ্রবা চৎন-কাঙলোন কয়া ঙাক্লা পুথোকপা ফৌ ওইগদবনি।

অফবা ফৌদি শীজিন্নবগী কান্নবা :-

(ক) ফৌ মখল অদুগী চেনফম থোকপা মপা-মপুগী ওইবা মগুনশিং অদু চাং মান্ননা চেনগনি।

(খ) ফৌশিং অদুগী ওইফম থোকপা মগুনশিং চাং মান্নবনা মরম ওইদুনা পোৎথোক চাথোক হেন্না ফংগনি।

(গ) লৌফম অদুদা ফৌদিদগী চেন্নরকপা নাপী হৌবগী চাং নেমগনি।

(ঘ) লৌফম অদুদা লায়না অমদি তীলনা তাবগী চাং নেমগনি।

(ঙ) ফৌদি চাং হন্থনা শীজিন্নবা য়াগনি।

(চ) ফৌ অদু ফহন্নবগীদমক হাপ্লিবা মচাকশিংগী কান্নবা হেন্না ফংবা ঙমগনি।

(ছ) ফৌ পান্থীশিং অদু চাং মান্ননা হৌবগা লোয়ননা চুনবসু চাং মান্নগনি।

(জ) অফবা ফৌদিনা থাবা লৌফম য়েংবদা পূক্লিং ৱাখল নুংঙাইগনি।

(ঝ) লোক্লবা ফৌশিং অদুদগী তোঙান তোঙানবা পোৎলমশিং শেম শাবদা হেন্না খুদোংচাগনি।

ইশাগী ফৌদি খাত্তুনা থম্বা :-

অফবা ইশানা পামজবা ফৌদি ফংবদা করিগুম্বা খুদোংচাদবা কয়া মায়োক্লরবদি ইশাগী লৌফমদা থারিবা মশক খঙলবা মফমদগী মরূ লৌদুনা থাখিবা ইশাগী লৌফমদগী মথং চহীদা থানবা ফৌদি লীদুনা থম্বীবা য়াই। নীংশিংবীগদবা অমনা ইশানা থারিবা ফৌ অদু ঐচ ৱাই ভি (হেন্না চাথোক লৈবা মখল) ওইবীগদবনি, হায়ব্রিদ ওইবদি য়াদে। ফৌদি লৌনবগীদমক তোঙান্না খাত্তুনা থমগদবা মফম অদু খরা হেন্না লৈহাও চেনবা ওইগদবনি। লৌফমগী অতোপ্পা মফমদা চাইরিবা হারগী চাংদুগী য়ুরিয়া হায়রিবা হার অসি খরা হন্থনা চাইবীগদবনি। অতোপ্পা হারগী মখলশিংদি অতৈগা মান্নবা চাংদা চাইবীবা য়াই।

ফৌদি লৌবীগদবা ফৈদোম অদুদি য়ারিবমখৈ নাপী মখল অমত্তা হৌহন্দনবা হোৎনগদবনি। ফৌশিং অদুদা অনেম অৱাং মান্নদবা ফৌ মখলশিং লৌথোকপীগদবনি। ফৌগী মশক, ফৌগী শওং-শাদা মান্নদবা য়াওরকপা ফৌ পান্থী খুদিংমক পাম্মুবা লৈতনা লৌথোকপীগদবনি। অসুম্না লায়না তীলনা চেন্দ্রবা ফৌশক ফৌদা মান্নরবা ফৌশিং অদুনা ফৌ চরোং অমগী মনুংদা ফৌ মরূ চাদা ৮০ ফৌ মচু ওল্লকপা মতমদা খাওবীগনি অমদি তোঙান্না মীনা য়ৈবীগনি।

নীংশিংবীগদবা অমনা লৌরিদগী ফিট ১০ মুক ইকোয় কোয়না খাক্লল্লগা ফৌদি লৌগদবা ফৌশিং অদু লৌবীগদবনি। অসুম্না লৌরবা ফৌশিং অদু নিংথিনা হুমদোকপীরগা কংনা ফৌদোকপীরগা বোরা অমদা ফৌ মখল অদুগী মমিংগা কোন্নলা ফৌদি হায়না থাদুনা থম্বীগদবনি। ফৌদি ওইগদবা ফৌশিং অদু খাওদোক্লবা মতুংদা নোং নংহনবীরোইদবনি। ফৌদি ওইগদবা ফৌদি লৌফমদা কুইনা পাম ফৌবগী মহুত্তা য়ৈরবা মতুংদা য়ূমদা ওইনা কংনবা ফৌবীবনা ফৈ।

অসুম্না অফবা ফৌদি শীজিন্নবীদুনা হেন্না চাথোক পুথোকপা লৌমী অমা ওইবীদুনা চিঞ্জাক্তা মীপাল তাংদবা লমদম অমা ওইমীন্নরসি। ●

পাউচে অসিদা ফোঙজরিবা ৱারেংশিং অসিগী ৱাখল, মীৎয়েং অইবা মশা মশাগীনি। পাউচে অসিগী ৱাখল্লোন অমসুং মীৎয়েংগা থোইদোক্না মরী লৈনদে।