হেন্না চারোন নাওরোন্নবা শঙ্গোম থোকপী ষণবু করম্না শেন্নবীগনি

ডো: সরাংথেম জেসমারানি

হায়নবা লৈ, ষণবী অমনা চহী অমদা মচা অমা পোকই হায়না অদুবু এভরেজতা ষণবী অমনা থা ১২-১৩ গী মনুংদা ষণনাও অমা পোকই। মসিগী মতমসি করিগুম্বা শাংদোকখিবা তারগদি শল্লুপকী চাগোকপগী মতম শাংদোরকপা, শঙ্গোম পুথোরকপগী মতম তেনশিল্লকপা মসিনা মরম ওইদুনা শঙ্গোম থোকপী ষণ লোইবগী কান্নবা ইফং ফংদে অমদি শেন্দোং লৈতে। শঙ্গোম থোকপী ষণদা হেন্না চাগোক লৈনবা ষণবুনা মতম চানা হীট লাকপা য়েংশিলহৌবা, মতম চানা অফবা মখলগী ধরানা মচা লৌবীবা, হাতমশিংবু নীংথিনা য়োকপীবা, অহল ওইরবা ষণবীশিং হাতম্না মহুৎ শীনবীবা, গর্ভ পুরিঙৈ মতম অমদি চাগোকপা মতমদা অকায়বা কয়া লাক্তনবা নীংথিনা শেন্নবীবা, ঙম্না গর্ভ পুবগী মতম খঙদোকপা অমদি গর্ভ পুবগা মরী লৈনবা লায়না কয়াদগী ঙাকথোক্লবা হোৎনবা অসিনচিংবশিংসি তৌবিগনি।

হীট লাকপগী মতম খঙদোকপা ঃ

অয়াম্বনা চাদা ৯০-৯৫ গী ষণবীদি মতম চানা হীট লাকই। হীট লাকই হায়না করম্না লৌগদগে হায়বদু খঙনবা মেথোদ খরা লৈ। মখোয় অদুদি - (ক) হীট লাকপগী লাইওং খরা উরকপা (খ) চাবোকথোঙদগী মচুম তারকপদু মাইক্রোস্কোপ্তা য়েংবদা ফর্ন (চাংখ্রং পান্থী) প্যাটনগী মওং উবা (গ) শঙ্গোমদা Progesterone hormone গী চাং য়েঙবা (ঘ) মশা শেমদোক্লবা ষণ লাবা পুশীন্দুনা য়েংবা (ঙ) ষণবীগী ফিজিকেল এক্টিভিটি হেনগৎপা।

হান্নদগী চৎনরক্লবা অমদি য়াম্না প্রেক্টিকেল ওইবা হায়রগদি হীট লাকপগী লাইওং উৎপদা য়েংশিনহৌবসিনি। ষণজাবুঙদা থাদোকপা ষণ ওইরগদি নোংমদা অনীরক হায়বদি অঙনবা অয়ুক্তা অমা অদুগা অমনা ষণ কারক্লবা তুংদা নুমিদাংৱাইরমগী মতমদা অমুক্তা য়েংবিগনি। ষণগোন্ দা থম্না ষণ ওইরগদি পীজ-পীথক তৌবা মতমদা, শঙ্গোম শুম্না মতমদা য়াম্না নকশিন্না হীট লাকপগী লাইওংশিং য়েংশিনবীগনি। চাদা ৭০ গী ষণদি নুমিদাং পুং ৬ তগী অয়ুক পুং ৬ ফাওবগী মনুংদা হীট লাকই।

হীট লাকপগী লাইওং ঃ

ক) অহানবা হীট লাকপা হৌরকপা মতম (পুং ৬-১০)

(১) মনাক নকপা ষণদা চোংখৎনবা হোৎনবা (২) চাবোক থোঙগী শরুক্তা ঙাংশিল্লকপা, শাগৎলকপা, খরা পোমতক তৌবা অমদি চোৎলি-চোৎলি লাওবা (৩) অতোপ্পা ষণদা মনম নম্বা

খ) ষ্টেন্দিং হীট (পুং ৯-২৪)

হায়রিবা মতমসিদদি মথক্তা পীরিবা লাইওংসি ফজনা উবা ফংবগা লোয়ননা হীট লাকপগী লাইওংসি অরেপ্পা অমদা লৈ। মখোয় অদুদি-

(১) ষণবীসি লেঙদনা লেপ্পগা লৈবা উগনি (২) লৈতাফম খঙদবা অমদি পাখৎপা হেনগৎলক্কনি (৩) চানিং থক্লিংবা ৱাৎলকই (৪) চাবোক থোঙদা অঙৌবা মচুগী মচুম তারকপা (৫) য়াম্না তোয়না খোঙবা।

হীট লাকপা লোইরকপা মতম (পুং ১০) (ষ্টেন্দিং হীট)

(১) ষণবীদু অতোপ্পা ষণনা কারক্লবা লেপ্তুনা লৈবা উগনি (২) চাবোক থোঙদগী অনপ্পা অমদি অরুবা মচুম তাবা উগনি (৩) অতোপ্পা ষণদা মনম নম্বা।

চাবোক থোঙদা করিগুম্বা ঈ য়াওবা মচুম তাবা থেঙনরগদি নুমিৎ ২-৩ গী মমাংদা হীট লাকগ্রে হায়না তাক্লি। মরম অসিনা ঐখোয়না নুমিৎ ১৬ কী মতুংদা হীট অমুক লাকপরা হায়না চেকশিন্না য়েংবিগনি।

মচা লৌবগী মতম ঃ

মচা লৌবগী মতম অমদি অফবা মখলগী মরু (সিমেন) না তেক্তা কায়দবা মচা ওইবা ঙমহল্লি। ঙম্না মচা লৌবা অমদি থেঙনা মচা লৌবসিনা মচা ওইবা ঙমহন্দে। মচা লৌবা য়াবগী মতমসি ষ্টেন্দিং হীটতগী পুং ৯ লৈরগা মচা লৌবা য়াই। মসিনা পুং ২৪ ফাওবা য়াগনি। মসি নৎত্রগসু Thumb Rule গী মতুং ইন্না ষণবী অমনা হীট লাকপগী লাইওংসি অয়ুক অঙনবদা উৎলক্লগদি নুমিদাংৱাইরমদা মচা লৌবিগনি। অসুম্না নুমিদাংৱাইরমদা হীট লাকপগী লাইওং উৎলক্লগদি মথঙ নুমিৎকী চুদবা মরম্না ঈশিং ফৎচিল্লক্তবা অমদি ঈশিংগী অৱাৎপা লৈবা মরম্না ঙা মচা পুথোকপা য়াদবগী খুদোংচাদবা কয়া থেংনরি।

নোং চুদবা মরম্না মপিশিং মরুম ফজনা পুদে। তৌইগুম্বসুং হোর্মোন শীজিন্নদুনা মরুম কোকহনবা তারবসু মরুম য়াম্না কোক্তবা, মরুম কোক্লবসু মচা য়াম্না ওন্দবা অদুগীসু মথক্তা মচাশিং নীংথিনা পীজ পীথক তৌবীগনি । হায়রিবা মতমসিদা ষণবীগী মবুক মনুংদা লৈরিবা ফীটস অসি য়াম্না থুনা চাউখৎলকই। মতমসিদা শঙ্গোম য়াম্না থোকপী ষণবীদনা মফোনগী শরুকসি নোংমদা কেজি ১.৫-২ গী চাংদা পীজবীগনি অদুগা শঙ্গোম খরা হন্থনা থোকপী ষণবীদনা মফোনগী শরুকসি নোংমদা কেজি ১-১.৫ গী চাংদা পীজবীগনি।

২. মচা পোক্কদবা নুমিৎ ১৫ নি ৱাৎলিঙৈদগী করিগুম্বা ষণবীদু শঙ্গোদা অতোপ্পা ষণ অমা অনীগা পুন্না লৈমিন্নবা তারগদি চাবোক্কদবা ষণবীদু তোঙান্না মফম অমদা হোঙদোক্লগা থম্বীগনি।

৩. মচা পোকপা মতমদা করিগুম্বা অশোয়-অঙাম য়াওরগদি মনাক নকপা ভেটিরিনরি ডোক্তর অমা কৌবিগনি।

৪. নাওফম থুনা তারক্লবা মচা পোকপা হেক লোইবগা ষণবীদু লুম্বু লুম্বু শাবা ধনা পীজবীগনি অমদি ষণনাওদু মখোম পীথক্লবা হোৎনবীগনি। নাওফমসি মচা পোকখ্রবা মতুং পুং ৮-১০ ফাওবগী মনুংদা তাগল্লি। হায়রিবা মতমসিদা করিগুম্বা নাওফম তারক্তুগদি মনাক নকপা ভেটিরিনরি ডোক্তরগা তানবীগনি।

৫. করিগুম্বদা চাবোকপদা বেরা লাক্লগদি ভেটিরিনরি ডোক্তর অমা কৌদুনা থুনা লায়েংবিহৌগনি।

৬. নাওফম তারক্তবগী লাইওংসি থুনা লায়েংবীহৌদ্রগদি ষণবীদুনা মথঙগী মচা পোক্লবা তুংদা হীট লাকপা মতমদা থেঙথহল্লি। মসিনা মচা লৌবগী মতমসু থেঙথহল্লি অমদি করিগুম্বা মতমদা লাইবক থীদুনা মচা ওইনবগীদমক হন্না হন্না মচা লৌবসু য়াওই। হায়রিবশিংসিদগী ঙাকথোক্লবা ঐখোয়না ভিটামিন এ, দি৩, ঈ অমদি মিনরেলস হায়বদি Selenium য়াওবা চিঞ্জাক গর্ভ পুরিঙৈ মতমদা পীজবীহৌগনি। মসিনা নাওফম তাদবগী লাইওংসি হন্থরক্কনি।

৭. মচা পোকখ্রবা মতুংদা করিগুম্বা ষণবীসি ঙম্না হীট লাকপসু য়াওই অদুবু মচা পোকখ্রবা মতুং নুমিৎ ৪৫ নিদি মচা লৌবিদবনা হেন্না ফৈ। মরমদি ষণবীগী অঙাংখাওদু মতমসিদা নোর্মেল লাকহনবীগদবনি।

৮. গর্ভ পুরবা মতুং পোক্লমদাইগী নুমিৎ ৬০-৮০ ফাওবদি শঙ্গোম শুম্বীরোইদবনি। মসিগী মতমসিদা ষণবীগী অরুম্বসি হান্নদগী কেজি ২০ মুক হেনগৎলকই অমদি মসিগী মতমসিদা শঙ্গোম পুথোক্লবগীদমক ম্যামরী টিশ্যুশিংসি অমুক হন্না নৌনা শেমগৎলক্তুনা মথঙগী চাবোক্তা হেন্না শঙ্গোম থোকপী ষণ লোইবা ঙমগনি। ●

মহৌশাগী ফীভম কাইথরকপনা ঙা মচা পুথোকপদা পীরিবা চৈথেং

ডো: য়ূম্নাম বেদজিৎ

ঙা য়োকপগী থৌওং অসি অসুম অসুম পাকথোক চাউথোরকপা মরম্না ঙা মচাগী মথৌ তাবগী চাংসু অসুম অসুম হেনগৎলক্লি। অফবা ঙা মচা পুথোক্লবগীদমক অফবা মপি শেমগৎপা হায়বসি তঙাইফদবা অমা ওইরি।

মচা লৌনবগীদমক্তা ঙা মপি য়োকপা :-

ঙা মপিশিং অসি পরি অমগী শরুক তরা থোকপগী শরুক অমদগীনা পরি অমা চাউবা পুখ্রিশিংদা য়োক্কদবনি। তৌইগুম্বসুং পরি অমগী শরুক তরা থোকপগী শরুক অনীদগী পরি অমগী তঙাই ফাওবদমক চাউবা পুখ্রিনা খ্বাইদগী হেন্না ফৈ। পুখ্রিগী অরুবনা মিটর অমা মখায়দগী অনীমখায় ফাওবা ওইহনগদবনি। পামদবা ঙা মচাশিং লৈহল্লোইদবনি অমদি নাপী-শিংনা হৌহল্লোইদবনি। ঈশিংগী অশিন-অয়াক্কী চাং ৭.৫দগী ৮.৫ ফাওবা ওইহনগদবনি। হায়রিবা অসি শুনু শীজিন্নদুনা ওইহনবা য়াই। ষম্বি নৎত্রগা অতোপ্পা হারশিং শীজিন্নদুনা পুখ্রি অদু ফজনা লৈহাও লৈহনগদবনি।

চাননবা য়োকপা মতমদদি ঙা মশীং য়াম্না য়োকপা য়ারবসু মচা পুথোক্লবগীদমক্তদি পরি অমদা ঙা মপি কিলোগ্রাম ১৫০০দগী ২০০০ রোমতমক য়োকপীগদবনি। ঙা মচা পুথোক্লবগীদমক্তদি মপি ওইগদৌরিবা ঙাশিং অদু জন্যুৱারী থাদগী ফেব্রুৱারী থা ফাওবগী মনুংদা খন্দোকপীরগা শেমগৎপা হৌগদবনি।

ঙা মপিশিংগী মচিঞ্জাক পীজবা মতমদা ভিটামিন, মিনরেল অমদি ইসেন্সিএল এমিনো এসিদকী চাং ফজনা য়াওবা ওইগদবনি অমদি প্রোটিনগী চাংনা চাদা ৩০দগী ৩৫ ফাওবা ওইগদবনি। অদুগা ইনর্জিগী চাংনা ৩৫০০ কিলো কেলোরি পর কিলোগ্রাম ওইগদবনি। হায়রিবা মচিঞ্জাক অসি ঙাগী অরূম্বগী চাদা ২দগী ৩ ফাওবা নোংমদা পীজগদবনি।

ঈশিংনা খরা ঈংলিবা মতম হায়বদি ফেব্রুৱারী থাদদি ঙাগী অরূম্বগী চাদা ২ খক্তমক পীজগনি। অদুগা ঈশিংনা খরা খরা শাগৎলকপগী মতুং ইন্না ঙাগী অরূম্বগী চাদা ৩ পীজবীগনি। অসুম্না য়োক্লকপনা এপ্রিল-মে থা য়ৌরকপদা মচা লৌবা য়ারগনি।

ঙাশিংনা মচা লৌবা য়ানবগীদমক্তা মপূং ফাগৎলকপা :-

ঙাশিংনা মপূং-মরৈ ফারকপা হায়বসি অঈং অশাগী চাং, নুংশা মঙালগী চাং, চারিবা মচিঞ্জাক অমদি হোর্মোনগী মখা পোল্লি। খুদম ওইনা হায়রবদা ইন্দিয়ন মেজোর কাপশিংগীদি ঈশিংগী অঈং অশাগী চাং অসি সেলসিয়স দিগ্রী ২৮দগী ৩০ ফাওবনা খ্বাইদগী হেন্না ফৈ। ঐখোয়গী লৈবাক্তদি নাপী চাবী অসি চহী অমদগী অনী ফাওবদা মরম পুরকই। তৌইগুম্বসুং অঈংবা লৈবাকশিং হায়বদি রসিয়াগুম্বা লৈবাক্তদি চহী ৩দগী ১০ ফাওবা চংই।

হৌজিক্কী মতমদগী ঙা মপি অমনা চহী অমদা অনীরক/অহুম্লুক্তি মচা লৌবা য়ারে। মসিগীদমক্তা মচিঞ্জাক ফজনা পীজবীগদবনি অমদি হোর্মোনগী মতেং লৌগদবনি।

নোং চুবগী মতমদা অহোংবা লৈরকপা :-

নোং চুবগী চাং খেন্নরকপা, শাবগী চাং খেন্নরকপা মরম্না ঙাগী মচিঞ্জাক ফংবগী চাং খেন্নরকপা, ঈশিংগী মগুন্দা অহোংবা লাকপা মরমশিং অসি লৈবা মরম্না ঙানা মপূং মরৈ ফারকপদা অকায়বা পীদুনা মচা পুথোকপদা অচৌবা অৱাবা ওইহল্লি।

হৌজিক হৌজিকমক মণিপুরগী ওইনা ঙা মচা পুথোকপদা খুদোংচাদবা কয়া মায়োক্লরি। নোং চুদবা মরম্না ঈশিং ফৎচিল্লক্তবা অমদি ঈশিংগী অৱাৎপা লৈবা মরম্না ঙা মচা পুথোকপা য়াদবগী খুদোংচাদবা কয়া থেংনরি।

নোং চুদবা মরম্না মপিশিং মরুম ফজনা পুদে। তৌইগুম্বসুং হোর্মোন শীজিন্নদুনা মরুম কোকহনবা তারবসু মরুম য়াম্না কোক্তবা, মরুম কোক্লবসু মচা য়াম্না ওন্দবা অদুগীসু মথক্তা মচাশিং অদুসু হিংবগী চাং য়াম্না নেম্বা অসিনচিংবা খুদোংচাদবা কয়া মায়োক্লরি। অপিকপা ঙা মচাশিং অসিদি অকোয়বগী ফীভমদা অহোংবা খরা লাকপা মতমদা অচৌবা ঙাশিংগুম্না খাংবা ঙমদবা মরম্না অঈং-অশাদা নৎত্রগা ঈশিংগী মগুন্দা অহোংবা খরা লাকপা মতমদা য়াম্না শিগল্লি। মরমশিং অসিনা ঙা মচা ওল্লবা মতুংদা হেটচরিদা লৈরিঙৈদা পুল্লপ ওইনা শিবা কয়াসু থেংনরি। অসুম্না ঙা মচা পুথোকপা হৌরকপা ঙল্লিঙৈ মতমদা মায় পাকখিবা খরা নত্তনা হৌজিক্তি খুদোংচাদবা কয়া থেংনরি। মরমশিং অসি লৈবনা মণিপুরদা লৈরিবা নর্সরি পোন্দ কয়াদা ঙা মচা থাদনবা ফংদবদগী ঙা মচা পুথোকপগী চাং হন্থরগনি। মসিগীসু মথক্তা অচৌবা ঙা হায়বদি চাননবা ঙা পুথোক্লবগীদমক্তা পুখ্রিশিংদা থাদনবা ঙা মচা লৈবা ফংনদবগী খুদোংচাদবা কয়া মায়োক্লরগনি।

হৌজিক হৌজিকমক মণিপুরগী ঙা মচা পুথোকপগী হেটচরি কয়াদা ঙা মরুম কোকহনবা অমদি মচা ওলহনবদা অচৌবা অৱাবা অমা ওইনরি। অসুম্না নোং চুবক্তুবদি মণিপুরগী ঙাগী পোথোক পুথোকপগী চাংদা অচৌবা অকায়বা অমা ওইরকপা য়াই।

মতাং অসিদা হায়জনীংবা ৱাফমদি ঙা মচা পুথোকপীরিবা মীপূম খুদিংমক্লা চেকশিন-থৌরাং ফজনা লৌখৎতুনা ঙা মচা য়ারিবমখৈ পুথোকপীদুনা ঙা মচাগী অৱাৎপসি খরমখৈদি মেনখৎপদা নত্তনা মণিপুরগী ওইনা ঙাথোক্কী চাং হন্থহন্দনবা হোৎনবদা অচৌবা থৌদাং লৌমিন্নরসি। ●

ফৌদা তাগনবা লায়না তীলনাদগী ঙাকথোক্লবা পায়খৎপা য়াবা লৌউ কাঙলোন খরা - ২

ডো. ৱাইখোম জিতেন

মমাঙদা পঞ্জখিবগুম ফৌদা তাগনবা লায়না তীলনা অয়াম্বা ঐখোয়না লৌউ কাঙলোন লান্না চথবদগী ওই। মরম অদুনা অচম্বা লৌউ কাঙলোন খরখক্লা ঐখোয়না থেংনগদবা অৱাবা অয়াম্বদগী ঙাকথোকপদা অচৌবা মতেং পাংই।

পাম্বীদা মচিঞ্জাক পীবা :- ফৌ পাম্বীনা দরকার লৈবা মচিঞ্জাকশিং কাঙলোন চুম্না খল চানা, মওং চুম্না অমদি মতম চানা পীবিরবদি মখোয় মশানসু লায়না তীলনাশিং অসিনা চঙগদবদগী ঙাকথোকপদা অচৌবা মতেং পাংই। ফৌ পাম্বীদা মপূং ওইনা পীরিবা পাম্বীগী মচিঞ্জাক অসি Urea, Single Super Phosphate অমদি Murate of Potash নি। অসিগুম্বা পাম্বীগী মচিঞ্জাকশিং অসি লৈবাক লৈহাও চাংয়েং তৌথোকপীরগা চাইফম থোকপা চাং অদুতা নৎত্রগা লমদম অসিগী চাংচৎতা চাইবা য়ারে হায়দুনা লৌউ-শিংউ লোইশঙনা পীরিবা চাং অদুদা মতম অমদি মওং চুম্না চাইবীবা মতমদা লায়না তীলনা তাবগী চাং য়াম্না হন্থগনি। খুদম ওইনা হায়জরবদা ফৌদা য়ুরিয়া হেন্না চাইবগা লোয়ননা পোটাশ খজিকখক নৎত্রগা য়াওদনা চাইবীবা মতমদা লায়না তীলনা অয়াম্বনা লায়না চঙবা ঙমই। অমরোমদা অমুক মথক্তা পঞ্জখ্রিবা হার মখল অহুম অসি মতম চানা চাইবনা পাম্বীনা দরকার লৈবা মচিঞ্জাকশিং চাং চানা লৌখৎপদা মতেং পাংদুনা পাম্বী অদু শাহৌ ফহল্লি অমদি লায়না তীলনা চঙবদা অথিংবা পী।

ফৌরক লম্বী শেম্বীবা :- ফৌরক লম্বী হায়রগা খঙনবা ফৌ থারিবা লৌফমদা লৌরি নত্তবা চঙথোক-চঙশিন য়াবা লম্বী শেম্বীবনা লায়না তীলনাশিং তাবগী চাং হন্থহল্লি। অসিগুম্বা লম্বী অসি ফৌ থারকপা মতমদা চাওরাক্লা ফুট ১০/১০ খুদিংদা ফুট ১-১.৫ পাকপা লম্বী অমমম থম্বীরম্বগী ৱানি। কা হেন্না ৱাংদবা অমদি মতম চঙদবা ফৌশিংগীদমক ফুট ১ পাকপা লম্বী অমা থম্বীরমগনি অদুগা য়াম্না ৱাংবা মতম শাংবা ফৌশিংগীদমক্তি ফুট ১.৫ পাকপা লম্বী শেম্বীগনি। লৌ উরিবা লৌমী ইচিন-ইনাও অয়াম্বনা অসিগুম্বা লম্বী অসিগী মরু ওইবসি ফৌনা মপোম লাকপদগী মুল্লমদাইগী মতম য়ৌরক্লবা মতমদা লায়না তীলনা তারক্লবকান্দতা নীংশিংই। অদুগা ফৌ থাবা/লীংবা/পাম্ফেল/তৌরিঙৈ মতমদদি নোংমতা নীংশিংদে। অসিগুম্বা লম্বী থম্বীবা অসিনা মীয়াম্না ৱাহীক হায়রগা খঙনবা Brown Plant Hopper/White Back Plant Hopper শিং তাবগী চাং য়াম্না হন্থহল্লি অমদি তারক্লবসু ইরায় লায়না ঙাকথোকপা ঙমই। অমরোমদা অমুক অসিগুম্বা লম্বী হাপ্পীবা অসিনা ফৌনা মশা তাশিনলক্লবা মতমদা হার চাইবা চঙবা, অতোপ-অতোপ্পা লায়না তীলনাগীদমক হীদাক কাপ্পা চঙথোক-চঙশিন্দা খুদোংচাহন দুনা লায়না তীলনাশিংদগী লায়না ঙাকথোক্তুনা চাথোক হেনগৎহল্লি অমদি হীদাক কাপ্পগী চাং হন্থহন্দুনা ফৌদা হু চেনবগী চাং হন্থহল্লি।

লৌফমদা উচেক তোংফমশিং শেম্বীবা :- মমাঙঙৈগী মতমদা অহল-লমনশিংনা

লৌফমদা ৱাচেৎনা লিরুং তেন মান্না লৌরিদা উচেক তোংনবা মফম থম্লরমই। থৌওং অসিনা তীল ফাদুনা চাবা উচেকশিং লৌফমদা তোংহন্দুনা তীলশিং ফাদোকহল্লি অমদি তীল তাবগী চাং য়াম্না নেমলমই। মতৌ অসুম্না, হৌজিক্কী মতমদা ৱাচেৎ মকক-মকক ককপীরগা ইংরেজি ময়েক হায়বদি 'টি' মওংদা ৱাংবা মান্নদনা শেম্বীরগা লৌফমদা য়ুংবীগদবনি। তোঙান-তোঙানবা উচেকশিংনা তোংবা মতমদা মখোয়না হৈনবা অৱাংবগী চাং খেন্নৈ। মরম অসিনা ঐখোয়না শেম্বীগদৌরিবা টি মওংগী চৈশিং অসি শাংবা মান্নহন্দ্রিবনি। অসিগুম্বা উচেক তোংফমশিং অসি ফৌনা মপোম লাক্তুনা শাৎকাইদ্রিঙৈগী মতমদা লৌফমদগী লৌথোকপীগনি।

মফম মতম য়েংনা হীদাক লাংথক শীজিন্নবীবা :- ঐখোয়না লৌফমদা তোঙান-তোঙানবা হীদাক লাংথক কাপলিবা অসি ফৌ পাম্বীগী চাথোক হন্থহনগদবদুদগী কন্দুনা শেন্দোং হেনগৎনবনি। করিগুম্বা ঐখোয়না তীলনা নৎত্রগা লায়নাগী লায়ওং লৌফম অদুদা হৌরিবা পাম্বী ময়াম অদুগী মরক্তগী অমা/অনীদা হেক উবদা হীদাক হেক্তা কাপকে হায়না খনবীরোইদবনি। হীদাক কাপ্পদা চঙগদৌরিবা শেল অদুনা হেনগৎহনগদৌরিবা পোথোক অদুগা চাংদম্নদুনা য়েংবীগদবনি অমদি হীদাক অদুনা ঐখোয়গী অকোয়বদা মোৎশিনহনগদৌরিবা অদুসু খনবীগদবনি। অসুম তৌদুনা তীলনা নৎত্রগা লায়না অদুনা লৌফম অদুদা তারিবা অদুগী চাংয়েংবীরগা হীদাক কাপ্পা য়ারে নৎত্রগা য়াদ্রি হায়বদু লেপ্পীগদবনি। ঐখোয়না হীদাক তোয়না কাপ্পনা লৌফম অদুদা লৈরিবা ফৌবু মাঙ-তাকহনবা ঙম্বা তীল মখলশিংতা নত্তনা ঐখোয়দা কান্নবা পীবা হায়বদি পাম্বীশিংবু মাঙহল্লিবা তীলশিং অদুবু চাথোকপা ঙম্বা তীলশিংবুসু হাৎলি।

ঐখোয়দা কান্নবা পীবা তীলশিংগী মশীংনা লৌফম অদুদা য়াম্না লৈরবদি মাঙ তাকহনবা ঙম্বা তীলশিং চাথোকখিদুনা পাম্বী খরা শোকহনখ্রবসু পোথোক চাথোক্তা থোইনা অকায়বা ওইহন্দে। মরম অদুনা হীদাক তোইনা কাপ্তুনা অরেম্বদা শেল তিংহনবতা নত্তনা ঐখোয়না চাগদৌরিবা ফৌ অমদি ঈশিং, নুংশিৎতা হু চেলহন্দনবা মফম, মতম য়েংবীরগা অখঙ অহৈ তানবীদুনা হীদাক লাংথক শীজিন্নবীগদবনি।

মতৌ অসুম্না কাঙলোন চুম্না পায়খৎফম থোকপা কাঙলোনশিং মফম মতম অমদি মওং চুম্না পায়খৎপীরবদি লায়না তীলনা তাবগী চাং য়াম্না নেমগনি অমদি হীদাক লাংথক য়াম্না শীজিন্নবিদ্রবসু য়াগনি। মসিনা লৌমীশিংদা শেঞ্জং হন্থহনবগা লোয়ননা অকোয়বগী খল ঙাক্তুনা থম্বদা অচৌবা মতেং পাংই অমদি লৌমীশিংগী শেন্দোং হেনগৎহল্লি। লোয়না লোয়ননা পোথোক অদুবু চারিবা মীয়ামদা হু চেনবগী চাং হন্থবা পোথোক ফংহল্লি। ●

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