মশাগী ফীভম হোংলকপদা শঙ্গোম থোকপী ষণশিং শেন্নবীবা

ডা: সরাংথেম জেম্মারাণী

শঙ্গোম থোকপী ষণশিংদা মশাগী ফীভম হোংলকপা হায়রগা খঙনরিবসি মচা লৌখ্রবা মতুং পোল্লমদাইগী হাপ্তা অহুম ব্রাৎলিঙৈদগী পোল্লবা মতুং হাপ্তা অহুম ফাওবসিনি। মসি চাউরাক্ল া হাপ্তা তরুক ফাওবনি অদুবু অয়াম্বনা হাপ্তা নিপান ফাওবা লৌনরি। অসিগুম্বা মতমসি ষণবীশিংগী হকচাংগী ফীভমদা য়াম্না খুদোংথিনিংঙাই ওইবা অমা ওইরি। মরমদি অসিগুম্বা মতমসিদা হকচাং মনুংদা অহোংবা কয়া অমা লাকই। মরম অসিনা খুদোংথিনীংঙাই ওইরবা মতমসিদা চেকশিন্না শেন্নবীবসিনা য়াম্না তঙাইফদে।

গর্ভ লৈরিঙৈদা খুদোংথিনীংঙাই ওইবসি মখল অহুম থোক্লা খায়দোকপা য়াই :-

- হকচাংগী পাঙ্গল হন্থরক্তুনা লায়না কয়া অমা লাকপা। খুদম ওইনা হায়রবদা ফিরাক চাউরকপা, হকচাংদা গ্লুকোজ ব্রাৎলকপদগী থোরকপা লায়নাসি মায়োক্নে।
- মীনরেল ব্রাৎলকপদগী লায়না কয়া অমা থোক্লকপা। খুদম ওইনা হায়রবদা, ঈদা কেলসিয়মগী চাং হন্থরকপা।
- হকচাংগী ইম্যুন হন্থরকপদগী থোরকপা লায়নাশিং। খুদম ওইনা হায়রবদা নাওফম তারক্তবা, খোমদা হৌরকপা অসিনচিংবনি।

ফীভম হোংলকপগী শেন্নবা মতমদা মখল অহুম থোক্লা খায়দোকপা য়াই :

১) গর্ভ পুরিঙৈ মতমদা শেন্নবা

- গর্ভ পুবগী মতম খঙদোল্লবা তুংদা মচা পোক্কদবগী মতম লেপথোকপা।
- গর্ভ পুবগী ষণবীশিং মচা পোক্কদবা থা অনী ব্রাৎলিঙৈদগী শঙ্গোম শুম্বা তোকপীগনি।
- মচা পোল্লবা তুংদা শঙ্গোম হেন্না থোক্লবা অমদি অফবা তেক্তা কায়দবা ষনাও মচা পোল্লবা অফবা মখলগী মচিঞ্জাক পীজবীগনি। নোংমদা মফোনগী শরুকসি কেজি ২.৩ পোক্কদবা থা অনী ব্রাৎলিঙৈদগী পীজবা য়াই অমদি শজিক মরাং কায়না পীজবীগনি। মসিনা ভিটামিন এ মরাং কায়না ফংহনবা ঙম্মী।
- কেলসিয়ম অমদি ফোসফোরসকী মথৌ য়াম্না লৈবা মরম্না থাওথি পীজবা মথৌ তাই। মসিদসু নত্তনা চেঙকুপ/ব্রাইকুপ, গেহু তকপগী মফোনসু পীজবিগনি। মসিগী মথক্তা মিনরেল মিক্সর চাদা ১গী চাংদা মচিঞ্জাক হাপ্লগা পীজবীগনি।
- ষণবীশিং চীন্না খক থম্বীরোইদবনি অমদি লৈমায়সু কা হেন্না নালহনবীরোইদবনি। মসিদা নাল্লগদি নান্থুবগী চাং য়াম্না ব্রাংই। গর্ভ লৈরবা ষণবীশিং য়াম্না শাংনা মখোঙনা চৎহনবীরোইদবনি।
- গর্ভ লৈরবী ষণবীশিং অকি অখঙ নংহনবীরোইদবনি অমদি অতোপ্পা ষণশিংগা ব্রাইনহন্দুনা খৎনহনবীরোইদবনি।
- ষণবী মশাদা অশোক অপন লৈতনবা মখোয়বু থল্লিবা শঙ্গোলদু নুংশিৎ নুংশা কা হেন্না ফংবা ওইগদবনি অমদি লৈমাইসু কা হেন্না নান্দনবা চরু থাবীগনি।
- মচা পোক্কদবা হাপ্তা অমা ব্রাৎলিঙৈদগী হৌনা অতোপ্পা মফম অমদা তোঙান্না থম্বীদুনা ময়াম মরক্তগী লাপথোক্লা থম্বীগনি।
- মখোম/মথাদু তোয়না য়েংবীগনি। করিগুম্বা কা হেন্না থনবা উরগদি য়াম্না থুনা শঙ্গোম খরা শুমদোকপীগনি।
- গর্ভ লৈরবী ষণশিং য়ারিবমখৈ শাজেল তৌবীদুনা ঈশিং মরাং কায়না পীথকপীগনি।

২) মচা পোল্লমদাইদা শেম শাবীবা :

মচা পোল্লমদাইদা ষণবীদু অতোপ্পা ষণশিংদগী তোঙানবা মফমদা থম্বীদুনা চরু থাবীদুনা নুংশিৎ নুংশা চঙবা মফমদা থম্বীগনি। গর্ভ লৈরবা ষণবীদু কুপ্পা অমদি নীংথিনা শেন্নবীগনি। মচা পোল্লমদাইদা খুদম খরা উৎপা হৌরকই। মখোয় অদুদি :-

- পোল্লক্কদৌরিবা ষণাও মচাদু মচা খাও মনুংদা মপূং মরৈ ফারবনিনা ষণবীগী মবুক্তা চোন্থরগা লৈবা উগনি।
- খোমনীং অনীগী মথকলোমদা তাইনবা অকুৎপা মফম অমা লৈবা থেংনগনি। মসি মচা পোল্লমদাইদা হেন্না লুনা কুৎশিনবা উগনি।
- শঙ্গোমসু য়াম্না নংনা থোরক্কনি। ঈশিংদা য়াম্না থুনা তুম্বা ঙল্লোই।
- ষণবীদু মচা পোল্লমদাইদা চানিং থক্লিংবা ব্রাৎলক্কনি। লৈতাফম খঙদনা লৈবা উগনি।
- মপান্থোংদগী মচুম তারকপা উগনি অমদি য়াম্না তোয়না মচিৎ মচিৎ মপান থোকপসু উগনি।

৩) ষণবীশিং মচা পোল্লিঙৈ অমদি লোইরগা শেন্নবা :

- মচা পোক্ত্রিঙৈগী মমাঙ অমদি পোল্লবা তুংদা লুম্বু-লুম্বু শাবা মহীদা চেঙকুপ/ব্রাইকুপ কেজি অমগা, চিনি অঙাংবা মতুম অমগা পীথকপীগনি। মসিনা শঙ্গোম থোকপা হেনবগী মথক্তা নাওফমসু থুনা তাহল্লি।
- নীংথমথা মতমদদি ঈশিং লুম্বু-লুম্বু শাবা অয়াম্বা মতমদা পীথকপীগনি অমদি কা হেন্না অঙীংবদা পুথোক্তনবা হোৎনবীগনি।
- মচা পোক্ত্রিঙৈগী মমাঙদা ইহান হান্না মপান্থোংদগী ঈশিং কায়রক্কনি। অসিগুম্বা মতমদদি পুঙ্খাই অমগী মনুংদা মচা পোকপগী আশা থম্বীবা য়ারে। অহানবদা খোঙগী লোঙখুম হান্না থোল্লবা তুংদা মকোক্লা মখোঙদা ঙাথদুনা থোরকপা উগনি। মসি নোর্মেলদা পোকপগী অফবা খুদম অমনি। করিগুম্বা নোর্মেল তাদবা থেংনরগদি নৎত্রগা ঈশিং কায়রবা তুংদা পুং মরিগী মনুংদা মচা পোক্ত্রগদি মনাক নকপদা লৈবা ভেটিরিনরি ডাক্তর অমগা তানবীগনি।
- ষণাও মচা হেক পোকপগা মপীনা লেকহন্নবা হোৎনবীয়ু। করিগুম্বা মপীনা লেক্তবা তারগদি শ্বর নিংথিনা হোনব্রা হায়না য়েংবিয়ু। করিগুম্বা নিংথিনা শ্বর হোনবা ঙমদ্রবা ওইরবদি মনাতোন, মমিৎ, মনা অমদি মচিন্দা পকপা মপ্রাং ময়াম অমা লৌথোকপীরগা মশাদু ফী অমনা নৎত্রগা চরু নৎত্রগা বোরানা তৈথোকপীরগা লুম্না থম্বীগনি।
- মচা পোকপা লোইরগা মপান্থোংগী শরুক মমৈ অমদি নাকলগী শরুক খুদিংমক পোটাসিয়ম পর্মেগনেট নৎত্রগা নীম মনা ঈশিংদা ফুৎলবা নীম মহীনা অমোৎ অকায় অমদি তীল চঙদনবা চামথোকপীগনি।
- মচা হেক পোকপা লোইবগা লুম্বু লুম্বু শাবা ধানা পীজবীগনি। মসিনা মপীদা মপাঙ্গল হাপ্পী।
- মচা হেক পোকপা লোইরগা ষণবীগী মখোম/মথাদু পোমখৎপা নৎত্রগা চাউথোরক্তুনা লৈবা উগনি। মসিনা শঙ্গোমদু শুমদোকপীবনা হেন্না ফৈ। মসিনা কেলসিয়ম হন্থরকপগী লায়না লাকপগী চাং য়াম্না হন্থে।
- মচা পোল্লবা মতুং পুং ২-৪ ফাওবগী মনুংদা নাওফম তারক্কনি। করিগুম্বা পুং ১২ ফাওবগী মনুংদা তারক্তবা থোল্লগদি মনাক নকপা ভেটিরিনরি ডাক্তর অমগা তানবীগনি। নীংশিংবীগদবা অমনা নাওফমসি ষণবীনা চাদনবা হোৎনবীগনি। করিগুম্বা চাখিবা থোল্লগদি নাওফমসি প্রোটিনগী চাং ব্রাংবা মরম্না চাশিনখিবা থোল্লবদি শঙ্গোম থোকপগী চাং য়াম্না হন্থে।
- ষণদা য়াম্না তোয়না নাগনবা লায়না মিল্ক ফীভর অমদি খোমদা হৌবা লায়নাসি য়াম্না তোয়না থেংনৈ। মসি নারক্তনবা শঙ্গোম শুম্বা মতমদা লোয়না শুমদোকপীগনি অমদি খোমদা হৌদনবা য়াম্না তোয়না ষণবুনা চেক তৌবা তাই অমদি লূ-নান্না শঙ্গোম শুম্বীগনি।
- শজিক মরাং কায়না পীজবীগনি। মসিদসু নত্তনা হান্না পীজরম্বা ধানাগী চাংদগী হেন্না পীজবীগনি।

ষণবুশিংনা অসিগুম্বা মতমসিদা চেকশিন্না শেন্নবীরগদি লাক্কদবা লায়না কয়াদগী ঙাকথোকপা ঙম্বতা নত্তনা শঙ্গোম থোকপগী চাংসু হেনগৎকনি।

পুকলাওবী মচা মরাং কায়না পুথোকমিন্নরসি

ডা: য়ূম্নাম বেদজিৎ সিংহ

পুকলাওবী হায়রিবা ঙা মখল অসি অনপ্পা মরুম কোকই অমদি মরুম তোয়না কোকই। তৌইগুম্বসুং অনপ্পা মরুম ওইবনা হেটচরিদা মচা পুথোকপদা খুদোংচাদবা অমা ওইরি। পুকলাওবীগী মরুম অসি নপহন্দনবা থৌওং কয়া পুথোকখ্রে। থৌওংশিং অদুদি ঈশিং লিটর তরাদা টেনিন গ্রাম তরামঙা হাপ্তুনা মরুম অদু চামথোকপা। হায়রিবা থৌওং অসিদা শীজিন্নরিবা টেনিন অসি মহু চেনবা পোৎশক ওইবনা ঙাগী মরুম শিহনবা অমদি কান্নদবা ফল কয়া থোকহল্লকই। অতোপ্পা থৌওং অমনা য়ুরিয়া-সোদিয়ম ক্লোরাইদকী মহি শীজিন্নদুনা অনপ্পা শরুক অদু লৌথোকপা। মসিদসু নত্তনা অমুল শঙ্গোম গ্রাম কুন ঈশিং লিটর ১০ দা থিৎতুনা মরুমদু চামথোকপা মতমদসু অনপ্পা শরুক অদু লৌথোকপা য়াই। তৌইগুম্বসুং মসিসু পৈশা চঙবা মরম্না হৌজিক হৌজিক্কী ওইনদি খ্বাইদগী ফবা থৌওংসি পুকলাওবীগী মরুমসি মেৎথোল্লবা মতুং লাবগী মিল্টসু মেৎথোল্লগা উচেক্কী মতু নৎত্রগা অমোনবা তুরি অমনা ওৎতুনা ফর্টিলাইজ তৌরবা মতুংদা ঈশিং লিটর তরাদা লৈবাক খুজোক অমা তুমহল্লগা হৈজিন্দুনা থম্বা মতমদা পুকলালবী মরুমগী অনপ্পা শরুক অদু লৌথোকপা ঙমগনি। অসুম্না অনপ্পা শরুক লৌথোকখ্রবা মরুমশিং অদু হেটচরিদা য়াম্না লায়না মচা ওলহনবা ঙমগনি।

পুকলাওবী হায়রিবা ঙা মখল অসি মরুম তোয়না কোকপদা নত্তনা অঙীংবা মতমদসু মরুম কোকপা ঙম্বা ঙা মখল অমনি। তৌইগুম্বসুং মচা পুথোকপদা খুদোংচাদবা কয়া লৈবা মরম্না মতোমতা কোকচবা মরুম অমদি মচাদগী য়োল্লবা নত্তনা য়াম্না চাউনা মচা পুথোল্লবগী থৌরাং পায়খৎনদে।

হান্নবা পায়খৎনরল্লিবা মচা পুথোল্লবগী থৌওং অসিদি মপূং মরৈ ফারবা অমোম অমদি লাবদু ফাগৎলগা হাপ্পাদা হাপ্তুনা কবোকং নৎত্রগা মরুমদু নপনবা করিগুম্বা পোৎশক খরা হাপ্তুনা মতোমতা মরুম কোকহনবনি নৎত্রগা নাপী খরা হৌবা মফমদা মতোমতা কোকচবা মরুমদগী ওল্লকপা মচাশিংদু য়োকপা অদুনি। হায়রিবা থৌওংশিং অসিদগী ফংবা মচা অদুদি য়াম্না য়ামদে অমদি মহৌশানা মরুম কোকচরকপা মতম ঙাইবদি তঙাইফদবা লৈ। তৌইগুম্বসুং মথক্তা পনখ্রিবা থৌওং অসি শীজিন্নরবদি অপাম্বা মতমদা মচা য়াম্না পুথোকপা ঙল্লগনি।

রৌ, কটলা, ম্রিগল অসিদি মহৌশানা খরা শাগৎলল্লবা মতমদতা মরুম কোকহনবা য়াই। মরম অদুনা ঙা মচা পুথোল্লিবা হেটচরিশিং অসি নোংজু পন্থা লাকপা অমদি খরা শাগৎলবা মতমদতা ওইনা ঙা মচা পুথোকই। হায়রিবা ঙাশিং অসিনা মরুম ফজনা পুদ্রিঙৈ মতম খরা ঈংলিবা মতমশিংদা পুকলাওবী মচা পুথোল্লবগী থৌরাং লৌখৎপীরবদি ঙা মচা পুথোকপগী হাংদুনা লৈরিবা মতম অসি খরমখৈদি মেনখৎপা ঙমদুনা শেল খরা হেন্না তানবা ঙমগনি। খুদম ওইনা হায়রবদা রৌ, কটলা, ম্রিগলনচিংবা ঙাশিং অসিদি মরুম ফজনা পুখিরোই তৌইগুম্বসুং পুকলাওবীদি মরুম ফজনা পুরনি।

মরম অদুনা পুকলাওবীগী মচা লৌহৌবা য়াই। তৌবতবু মরুম পুবা মপীশিং খন্দোকপীরগা হোর্মোন হায়বদি ওভাপ্রিম, ওভাটাইট ওভা এফ ঐচ, গোনোপ্রোনচিংবা অমা হেক্তা শীজিন্নদুনা মচা পুথোকপা য়াই। হোর্মোন কাপখ্রবা মতুং নোংমা লৈরগা ঙা অমোমগী মরুমশিং অদু পুখমগুম্বা অমদা মেৎথোকপীরগা ঙা লাবগী মিল্ট অদু অমুক মেৎথোক্তুনা উচেক মতু নৎত্রগা অমোনবা টুরি অমনা ওৎপীদুনা ফজনা ফর্টিলাইজ তৌহনগদবনি। অদুদগী ঈশিং লিটর তরাদা লৈবাক খুজোক অমা হাপ্তুনা তুমহল্লবা মতুংদা মরুমশিং অদু হাপচিনগদবনি। অসুম্না তৌরবদি মরুমগী অনপ্পা শরুক অদু লৌথোকখ্রনি অমদি হেটচরিদা মচা ওলহনবা য়ারগনি।

অসুম্না পুকলাওবীগী মচা মরাং কায়না পুথোক্তুনা ঙা মচাগী অৱাৎপা খরামখৈ মেনখৎপা ঙম্বতা নত্তনা ঙা মচা পুথোকপগী অহাংবা মতমসু শীজিন্নদুনা মীওই কয়াগী থবক পীবা ঙল্লগনি অমদি ঙামী কয়াগী শেল থুমগী ফীভম ফগৎহনবা ঙমগনি। ঙা মচা পুথোল্লিবা মীওইশিংনা চাংয়েং ওইনা পুকলাওবী মচা পুথোকপগী অরাইবা থৌওং অসি পায়খৎপীদুনা পুকলাওবী মচা মরাং কায়না পুথোকমিন্নরসি।

ক্বাথা মায়কৈদা ঙমখৈগী ব্রাথোক অমদি লম মুনখিদনবা অচম্বা পান্থে

শরাংথেম খোইরানথাবা (মনাওবী)

ইন্দিয়া লৈঙাক্লা বর্মা (ম্যান্মার) পেলহন্নবা হোৎনরি। মণিপুর লৈঙাক্লা দেল্লিগী য়াকা য়েংদুনা লৈ। মণিপুরগী লালহৌবা নহারোল খরা বর্মা (ম্যান্মার) দা লোৎতুনা লৈরি হায়বদু তান্থোকপীরকউ নখোয়না পীয়ু হায়রিমখৈ পীগে হায়দুনা ইন্দিয়ানা বর্মাদা লুপা ক্রোর কয়াগী তেংবাং পীরি হায়না মরাল শীনরি। টমুদগী কালেৱা, কালেময়ো, মোনিৱা, মন্দলে ফাওবা সরক ফজনা বি আর টি এফনা শেমখ্রে। নিংথি তুরেল মথক্তা থোং কয়ামরুম শাখ্রে। মিলিটরি হার্দর‌্যের, খূৎশু খূৎলায় কয়া লুপা ক্রোরনা খুজিং ওইদুনা পীথরি। মদুগীসু মথক্তা মণিপুরগী লম থেঙ্খাং কয়াদা বর্মাদা পীথোল্লি। হোলেলফাই ভিলেজ, চোরো ভিলেজসু হন্দক্তা বর্মানা লৌখ্রবনি। শম্না হায়রবদা বর্মানা হায়রিমখৈ ইন্দিয়ানা পীবা হায়বসি ইন্দিয়াগী (ইন্দিয়া লৈঙাক্কী) অপাম্বনি মদুনা মণিপুরগী লালহৌবা নহারোলশিং লৈ হায়রিবদু তান্থোরক্কনি হায়না ইন্দিয়ানা থাজরি। মরম অসি লৈবনা ক্বাথাগী লমগী শরুক বর্মাদা পীথোকপা ইন্দিয়ানা য়াবনি। সেন্ত্রেল গভর্ণমেন্ট (বি জে পি গভর্ণমেন্ট) না ক্বাথাগী লম মাঙহনবগী ওইথোকপা নক্লা লৈ। মণিপুরগী বি জে পি গভর্ণমেন্টনা দেল্লিগী য়াকাদা লৈবনা করিসু হায়রুবা ঙল্লোই। খুজিল খুনান্থোক্তগী পল্লুরবসু ইঙ্গিৎ অমতং তৌরকপদা ৱা ঙাঙবা য়ারোই। মদুগী খুদম হায়ববু হন্দক্তা ক্বাথাদা ১৪৪ সী আর পি সী থা তরুক অথিংবা থল্লিবদুনি। বর্মাগী য়াকাদা ইন্দিয়ানা চৎপা, ইন্দিয়া লৈঙাক্কী য়াকাদা মণিপুরনা চৎপা ওইবনা ক্বাথাগী (লম মাঙবা পিল্লর নম্বর ৮১) য়াম্না নক্লা লৈ। লৈঙাক্লা খঙশিন্নদবা, উশিন্নদবা অহোয়নদুম অচুম্বদু নমশিননীংবগী মওংদা লৈগদৌরি। জম্মু কাশ্মীরদা লম খরগী ইন্দিয়ানা পাকিস্তানগা লাল অনীরক থেংনরি- হৌজিকসু লেপ্পা লৈত্রি, নোংমৈ কাপ্পরি, অসোমদনা ইন্দিয়াগী লম মণিপুরগী শরুক লেম্না পীথোল্লি - কয়াদা তাইওন্নরিবনো থৌওংসে। ক্বাথাগী ব্রাথোক ওইরিবা পিল্লর নম্বর ৮১ অসি ১৯৬৯/৭০দা কনা খঙহন্দনা বর্মিজ আর্মিনা মণিপুরগী লমদা নম্ফুদা য়ুংশিল্লকপনি। মশাগী চপ চাবা মফমদগী ফুকতোল্লগা মণিপুরগী ঙমখৈ মনুংদা কিলোমিটর ৩/৪ রোম চঙশিল্লগা হৌজিক লৈরিবা মফম অসিদা য়ুংশিল্লম্বনি। অশেংবা মফমদি সর্ভেয়র জেনরেল ওফ ইন্দিয়াগী টিমগী য়ুনিয়ন ওফ বর্মাগী সর্ভে টিমগা কুমজা ১৯৬৭কী দিসেম্বর ১০দা য়ানখিবা এগ্রীমেন্ট, য়েকখিবা মেচ, সর্ভে তৌখিবা এলাইনমেন্টগী মাষ্টর কোপিশিংদা য়াওবদু উরগা খঙগদবনি। মদুদি ইন্দিয়া গভর্ণমেন্টকী খূৎতা লৈ, মণিপুর লৈঙাক্তা, মীচম মীয়ামদা পুথোরকউ হায়বদি মমৈ মকোক ওন্নরে-নাথৈনবা থোক্কনি।

লম-মুনখিদনবা পান্থে খরা :-

১) নূংদা পিল্লরদা ৱা হংবনদি পাউখুম ফংলোই, মীদা হংগদবনি। পিল্লর ফুকতোল্লগা কুমজা ১৯৬৯/৭০দা ক্বাথাদা য়ুংশিল্লম্বা উহৌবা মীওই অনী হৌজিক হৌজিক হিংলি। অহানবদা (১) নিংথৌজম ইবোহল (৭২); অনীশুবদা (২) তখেল্লম্বম ওমোর (৭৩) নি। অহল অনী অসিনা মশাগী চহী ১৮/১৯শুবা মতমদা বর্মা আর্মি য়ূম্বী য়ুংশিল্লম্বা মতম কুমজা ১৯৬৯/৭০দা মমিৎনা উহৌই হায়রি। মখোয় অনীগী ষ্টেটমেন্ট ইভিদেন্স ওইনা লৌবা মথৌ তাই। মৈতৈশিংগী মোঙফম ওইরম্বা মফমদু পিল্লর ফুকতোকখিবদগী বর্মাগী মনুংদা চঙখিবদু খুঞ্জাশিংগা লোয়ননা চৎতুনা খঙদোকপা মথৌ তাই। অনীসিনা আইনগী মতুং ইন্না লেংদ্রবা ইন্দিয়ন ইভিদেন্স এক্ট (খুদমনি) নাকল অমরোমদা বর্মাগী কোনদোংখুনগী হৌজিক হিংলিবা অহলশিংনা হায়বা চীংদুম মচা অমগী অকোয়বদা চেল্লিবা মৈতৈশিংনা নমচেল লোক হায়না কৌবা তুরেল মচা অসিনা কোনদোং অমদি ক্বাথাগী লোন্নবা ঙমখৈনি হায়রি। অহলশিংদুগী ষ্টেটমেন্ট অদু ইভিদেন্স অমনি। নমচেললোক (লাইক খুজাইরোক ওফ মোরে) আইদেন্টিফাই তৌথোকপা তঙাইফদে। মীদা হংলগা খঙগদবনি, নূংদা হংবা, নূং য়েংলগা হল্লকপনদি লম মাঙহনগে হায়বনি হায়বদা লাল্লরোই।

১) পিল্লর নম্বর ৮১সিদগী বোর্দর ফেন্সিং তৌবা তারবদি ক্বাথাদা নত্তনা অতোপ্পা খুল কয়া অমসু শোক্কদৌরি। মখোয়দুদি (i) Satang maring khul, Pillar No. 82 (ii) Monphel kuki village. (iii) Chektong Maring Village Pillar no. 83 (iv) Bongyang Kuki Village Pillar No. 80 (v) Gobajang-Kuki Village Pillar No. 79 অসিনচিংবনি। সাতাং মরিংখুলগী খুঞ্জাশিংনসু বর্মানা পিল্লর নম্বর ৮১ হান্নগী মফমদগী ফুল্লগা কোন্না হৌজিক লৈরিবা মফমসিদা য়ুংশিল্লম্বদু মখোয় খঙই শাখি ওইগে ষ্টেটমেন্ট লৌবিয়ু হায়রি। মখোয়শিং অদুদি (I) Kothil Maring (II) D.K. Konai (III) Angdul Maring অমদি (IV) Mairingthel Maring খুলগী খুল্লাকপা Kodarpha Maring নি। মীওইশিংসিগী ষ্টেটমেন্টনা অচুম্বা পুথোকপদা লেংদ্রবা ইভিদেন্স ওইগনি কোয়লাও লাওনবগী মথৌ তাদে। সব পিল্লর মচা মচা ময়াম পিল্লর নম্বর ৮১গী পরিংদা য়ুংশিল্লল্লিবা অদুদি ঙসি চয়োল অমনিগী মনুংদনি। মদুগী পরিংদা ফেন্সিং তৌরবদি গোবাজাং কুকি খুলগী খুল্লাকপগী য়ূময়ায়দা তারে, অদুগা ক্বাথা খুনৌ খুলদি লোয়না বর্মাদা তারনি। অদুগা মৈতৈ লাইফম মায়োকফা লাইরেম্বীগী খুভম অহৌবা লাইনিংথৌগী মীতম অমদি লাইফমলেন লোইনমক বর্মাগী শরুক ওইখিগনি। মসি থোক্তনবা পান্থে শীজিন্নগদবনি।

২) অনীশুবদা আর টি আই থারগা হায়বদি রাইট টু ইনফোর্মেসন এক্ট মখাদা এপ্লিকেসন অমা মরী লৈনবা ওথোরিটিগী চেনেলদা সর্ভেয়র জেনরেল ওফ ইন্দিয়া গভর্ণমেন্ট ওফ ইন্দিয়াদা থারগা কুমজা ১৯৬৭কী দিসেম্বর ১০দা তৌনখিবা ইন্দিয়া বর্মাগী বোর্দর এগ্রীমেন্ট সর্ভে মেপ অমদি রিপোর্ট মরী লৈনবা ফেক্টস এন্দ ফিগারস লৌথোকপনা, ওইগনি। (Pillar No. 79 to 95) (Gobajang Village to Ukhrul) ফাওবগী সর্ভেনি। আর টি আই এক্টকী মতুং ইন্না গভর্ণমেন্টনা নৎত্রবসু লন্নাই মীওই অমনা হেক্তা ইনফোর্মেসন তানবা য়াই। মদুগী দোক্যুমেন্ট/মেপ/সর্ভে রিপোর্ট রিকাষ্ট তৌদুনা য়েংবদা হান্নগী অশেংবা মফমদু ফংবা ঙমগনি অমদি ঐখোয়গী লম মাঙহনবা ঙল্লোই।

৩) অহুমশুবদা করিগুম্বা লৈঙাক্লা মীয়ামগী ৱা তীবীদনা নম্ফুদা ফেন্সিং তৌনবা হোৎনরবদি মীয়াম্না দেমোক্রেটিক রাইটশীজিন্নদুনা শম্বল খাফম পরিং অদুদা মী চা কয়া থোক্তুনা লৈবাক্তা হিপচিন্দুনা লৈরবদি লৈঙাক্লা শম্বল খাবা ঙল্লোই। Chipko movement হায়দুনা উদা কোনশিল্লগা লৈদুনা লৈঙাক্লা উ য়ানথৎপা মীয়াম থিংখিবা অদুনি। লৈবাক্তা হিপ্পো মুভমেন্ট তৌরবদি লৈঙাক্লা করিসু তৌবা ঙল্লোই। হন্দক্তা ইকুই কুইদ্রিঙৈদা মিনিষ্ট্রি ওফ এক্সটর্নেল এফ্যেরসনা মীয়াম্না য়াদ্রবদি বোর্দর ফেন্সিং তৌবা ঙমদে হায়না হিন্দু পেপরদা ইখিবা লৈ। হন্দক্তা থা খরগী মমাঙদা (চৈরাওবা মতুংদা) কৈরেনফাবী খুলগী অপাহৌ লাইনিংকোলগী থৌমীশিংগা লোয়ননা ক্বাথা খুঞ্জাও-খুলনৌ অনীমক্কী মীয়ামগা লোয়ননা ঙমখৈ ঙাক্লবা/কন্নবা খন্নবা কয়াসু লৈখ্রবনি। অসুম্না চুম্না চঙশিল্লবদি ঐখোয়গী ঙমখৈ কায়রোই, লম মুনবা ঙল্লোই।