

ষণ্গী চহী খঙদোকপা

ডা: সরাংথেম জেম্মারানী

হায়রিবা মওংশিং অসিনা চহী খাইদোকপদি অরাবা অমা ওইগনি।

খ) লোংখুমগী মত্থ ইয়া :

এ) শাৰেপ ফাদ্ৰিবা ষণ- লোংখুমশীং পীক্লনি, থোংকনি অমদি লৈতেম মান্নগনি।

বি) মপুং ফাৰবা ষণ- লোংখুমশিং চাওখংকনি, পৌখংকনি, লোংখুমগী অকোয়বদা লৈতেম মান্নাবদি ওইরোরোই।

গ) মচিগী মত্থ ইয়া :

চহী য়ামখংলকপগী মত্থইয়া মচীসু চাওখংলকই অমদি মচিগী অকোয়বদা কোরোক কোয়বা মওংদা চহী য়ামখংলকপগী মত্থইয়া উবা ফহই। চহী অহুম হেক ফাৰকপগা মচিগী অকোয়বদা কান্দোয় নাইবা অমা উবা ফ্গনি। মসিনা চহী খুদিংগী কান্দোয় অমমম উবা ফ্গনি। কান্দোয়গী মত্থইয়া চহী হোৎপা তারগদি অসুন্ম্বা

ক + ২ = ষণ্গী চহী

ক = কান্দোয়গী মশীং

মচিগী মত্থইয়া চহী খঙদোকপদা ড়মদবসু য়াওৰকই। মরমদি

- ধাৰা মখল খৰা অপীকপা মচি হৌবশিংদদি কান্দোয়শিং নিাংখিনা উবা ফ্গদে।

- ষণবুনা মচি লৌখোকশ্ৰগদি ষণ্গী চহী কান্দোয়গী মত্থইয়া খঙবা ড়মদে।

- খৰা রাখল লৈবা ষণবু ওইৰগদি কান্দোয়শিংধু খোংলগা থাউ তৈশিল্লগা থল্লগদি মসিদা কান্দোয়

ময়েক শেংনা উবা ফন্দবনা চহী খঙদোকপা বান্না থোকই।

ঘ) ষণ্গী ময়া য়েঙলগা চহী খঙদোকপা :

য়়ামখল মরি থোক্ৰা খায়দোকই মখোয় অদুদি য়মাঙ, হুয়া, য়াপঙগী মমাঙ, য়াপঙ অদুবু ষণদদি হুয়া হৌদে।

টেল : - ষণ্গী ময়া				
ময়া মখল	মতম খৰগী		লেঙদবা	
	য়াখা	য়াথক	য়াখা	য়াথক
য়মাঙ	৪ + ৪	-	৪ + ৪	-
য়াপঙ মমাঙ	৩ + ৩	৩ + ৩	৩ + ৩	৩ + ৩
য়াপঙ	-	-	৩ + ৩	৩ + ৩
পূন্ম্বা		২ ০		৩২

ষণ্গী য়মাঙগী মশীং অমদি মচুগী মত্থ ইয়া চহী খঙদোকপা গুম্বী। পোকপদদী হৌৱৰকপা য়মাঙশিংদি উন্গুন্ম্বা ভৌগনি অমদি তুমতক তৌগনি। মদুগা লেঙদবা য়াশিং হায়বদি হান্নগী য়াশিং কেন্দ্ৰগা অনৌবা হৌৱৰকপা য়াশিংগী মচু তাইফেৎ তাইগনি অমদি চহী য়াল্লকপগী মত্থ ইয়া য়াথী পকশিল্লগা লৈবা উগনি। ষণ্গী য়মাঙ তুম্বা মরি শুগনি।

টেলল ২ মখাদা য়েক্লিবা অসি চহীগী মত্থ ইয়া য়মাঙগী, মখাশিংগী হৌৱৰকপা অমদি তেকথিবগী-

ঈশিং-ঈচাউ অমদি ৰেটলেন্দ

ডা: য়ুন্মাম বেদজিৎ সিংহ

ৰেটলেন্দ হায়বসি চহী চুপ্পা ঈশিং লৈবা নংত্ৰগা চহী অমগী মনুংদা মতম খৰা ঈশিং লৈবা মফমশিং অদুবুনি। হায়রিবা অসি মহৌশাগী ওইবসু য়াই নংত্ৰগা খৃশেমগী ওইবসু য়াই। নোংগী ঈশিংনা তুংদুনা লৈবা ওইবসু য়াই নংত্ৰগা লৈনুংগী ঈশিং ওইবসু য়াই। অচেনবা ঈশিং ওইবসু য়াই নংত্ৰগা তুংদুনা লৈবা ঈশিং ওইবসু য়াই, ঈশিং ঈচম ওইবসু য়াই নংত্ৰগা থুমহি চেনবা ঈশিং ওইবসু য়াই। খুদম ওইনা হায়ৰবদা পাং, তুৱেল, লৌবুক নংত্ৰগা নাপী-শিংবী য়াল্ল া হৌবা ঈশিংসু লৈবা মফমশিং, ঈশিং ঈচাউদা য়ৌগনবা মফমশিং অসিনাচিংবনি।

 ৰেটলেন্দশিং অসি ৰাটৱসেদ মেনেজমেণ্টকীদমক য়াল্ল্গা মৰুওইবা মফমশিংংনি। হায়রিবা মফমশিং অসিনা ঈশিংবু ফহনবদা মতেং পাংই, ঈশিং ঈচাউ থোকহন্দবদসু অচৌবা মতেং পাংই। মসিদসু নত্ননা জীব কয়াগী লৈফম পীদুনা অমদি মীওই কয়াগী শেল তানফম ওইরি। ৰেটলেন্দশিং অসিনা ঈশিং চুপশিল্লগা থল্শ্বনা মরম ওইদুনা ঈশিং ঈচাউ থোকহন্দনবগী মরম অমা ওইরি। ঈশিং চাওখংলকপা মতমদা চুপশিন্দুনা থল্শ্বন্ম্বা ঈশিংশিং অদু ঈশিং হছুরবা মতমদা তপ্পা তপ্পা থাদোৱক্তুনা ঈশিংবী খুদেংচাদবা কয়াদদী ড়াকথোকপা গুমহল্লি। মসিদসু নত্ননা ঈশিংদা য়াওবা ফত্ববশিং খুদম ওইনা হায়ৰবদা লৌউ-শিংউবদা শীজিন্নবদগী চেস্থৰকপা তীল হীদাক্ৰটিংবা কয়াবু চুপশিন্দুনা অফবা ঈশিং ওছোকহল্লি। তৌইগুশ্বসু ৰেটলেন্দ হায়রিবা মফমশিং অসি অসুম অসুম মাঙশিল্লক্লি।

 মখক্তা পনশ্ৰিবা কান্নবশিং অসিগী মখক্তা ঐথোয় মীওইবদা কান্নবা অসুক্কী মতিক ৰেটলেন্দ শিং অসিনা পীৱি। পনবা য়াবা খৰদি চানবা মনা মশিং, য়ুম-কৈ শাবদা শীজিন্ননবা উ-ৱাশিং, মখল কয়াগী থাউশিং, হীদাক ওইনা শীজিন্নবা য়াবা পান্শীশিং, শা-ঙা কয়াগী মচিঞ্জাক ওইবা য়াবা পান্শী কয়়া অমদি ড়াশিংনি। মাপেমগী ওইনা ফোৱেণ্টশিংদা ফাজিন্দুনা থল্শ্বিবা কাৰ্বোনিগী শৰুক অনী ৰেটলেন্দশিংদা ফাজিন্দুনা থমদুনা ক্লাইমেটে চেঞ্জদগী ড়াকথোকপা গুম্বী। জীব কয়াগী

টেলল ৩ - য়াগী মখলশিং চহীগী মত্থইয়া হৌগল্কপা অমদি তেকথিবা

মখল	তুম্বা	লৈফম	অপনুবা মশীং	চহী (মতম খৰগী)	লেংদবা য়া অমদি তেকথিবা			
			য়়াথক	য়়াখা	হৌগৎপা	তেকথিবা	হৌগৎপা	তেকথিবা
থা ৫	I	সেপ্তেল	-	২	পোকপদদী	থা ১০	চহী ২	চহী ৭-৮
	II	ময়ায়	-	২	হাপ্তা ২	থা ১৫	চহী ৩	চহী ৮-৯
	III	নাকন্দা	-	২	হাপ্তা ৩	থা ১৮	চহী ৪	চহী ৯-১০
	IV	কাচিন	-	২	হাপ্তা ৪	থা ২২	চহী ৫	চহী ১০-১১

		পূন্ম্বা	৮						
য়়াপঙ	I	নাকন্দ	২	২	থা ২	থা ৬	থা ১৮	-	
মমাঙ	II	খজাই	২	২	থা ৪	থা ১০	থা ২০	-	
	III	য়়া (মনুং)	২	২	থা ৬	থা ১৫	থা ২৪	-	

		পূন্ম্বা	১২						
য়়াপঙ	I	নাকন্দ	২	২	-	-	থা ৬	-	
	II	খজাই	২	২	-	-	থা ১২	-	
	III	য়়া (মনুং)	২	২	-	-	থা ১৮	-	

 চহী খঙদোকপগী অতোপ্পা পান্শৈশিংগা য়েংনৰুবদা ষণ্গী ময়গী মত্থইয়া চহী খঙদোকপসিনা ঋহিদগী হেন্না একুৱেটে ওই অদুবু ষণ্গী ময়্যাসিসু মখোয়না চাৰিবা মচিঞ্জাক অমদি শেম্ববগী মখা পোল্লি।

 অসুন্ম্বা ষণ্গী চহী খঙদোক্ৰবা অসুন্ম্বা ৰেৰেকোর্দ থল্শ্বিবসু য়াই।

টেলল ৪ গঃ - চাওৱাকপা ষণ্গী চহী							
সে নং	ষণ্গী ধাৰা	লাবা/ অমোম	মচিগী কান্দোয় মশীং	মতম খৰগী য়মাঙ মশীং অমদি মচু	লেঙদবা য়মাঙ ফীভম	চাওৱাকপা মশীং অমদি মচু	ফীভম চহী

 অসুন্ম্বা ষণবুশিংনা মশা মশাগী ষণশিংগী চহীসি খঙদোক্ৰবা তুংদা ৰেৰেকোর্দ থল্শ্বিদুনা নাৱক য়েক্ৰকপা মতমদসু দোজ শুনা হীদাক থাবিবাগা লোয়ননা অতোপ্পদা ষণ য়োনবদসু অচৌবা মতেং অমা ওইগনি। ♣

লৈফম অমদি মচা পোকফম কয়়া পীদুনা ৰেটলেন্দশিং অসিগী বাইও দাইভসিটি অসি অসুক্কী মতিক ৰাংই।

 অসুক্কী মতিক কান্নবা পীশ্ৰবা ৰেটলেন্দশিং অসিবু মাঙখিগদবদগী কন্ননবগীদমক মালেমগী লৈবাক কয়়না মেন্শ্বৰ ওইদুনা ৰামসৱ কনভেপন হায়বা লুপ অসিগী মখাদা খনগংলবা ৰেটলেন্দ খৰগী কন্ননবগী থবক থৌৱম কয়়া লৌখৎপা হৌছে। তৌইগুশ্বসুং খনগংলবা ৰেটলেন্দশিং অসিদদি য়াওহৌদবা ৰেটলেন্দ ময়াম অমগীদমক্তদি চেককশিন থৌৱম কৱিসু লৌখৎচনা লৈৱি। খনগংলবা ৰেটলেন্দশিং অসিগী মনুংদা মণিপুৱগী ওইনসু লোভাক পাং য়াওৰি।

 হৌজিক হৌজিক মণিপূৱদা য়াল্ল্গা তোয়না ঈশিং ঈচাউ থোক্লিবসিগী মৰুওইবা মরম অমদি ৰেটলেন্দশিং অসি ফজনা মেনেজমেণ্ট তৌদবদগীনি হায়জনীংই। ৰেটলেন্দ মেনেজমেণ্ট অসি ৰাটৱসেদ মেনেজমেণ্টকা মৰী়া য়াল্ল্গা লৈনৈ। ৰাটৱসেদ মেনেজমেণ্টগী মতাংদা খৰদং থমজগে। ৰাটৱসেদ হায়বসি চীং-মান, চীংখোঙ, চীংখা, লৈতেম মান্নবা তস্পাক্কী লমশিং পুন্মমক ঈশিং তাৱকফম হায়বদি খোং, লোক, তুৱেল অমখক্তদা ওইৱবদি হায়রিবা মফমশিং অদুবু ঈশিং তাৱকফম অদুগী ৰাটৱসেট কৌগনি।

 নোংগী ঈশিং অসিনা অহানবদা অকংবা লৈমায়দা তাৱকপদা লৈমায়না চুপশিনবা গুশ্বমখৈ চুপশিল্লগা অহেনবা ঈশিং অদুনা লৈমায় মখক্তা থুমজিল্লকই। অতুংবা ঈশিং কুইনা লৈয়ু য়াদবনিদা অকুংপা মফমলোমদা চেছুরকই। হায়বদি লোক, পাং, তুৱেল মথং-মথং চেছুরগা মইমৈদা সমুদ্ৰনা য়ৌথি। পান্শীগী মনা, মউ অমদি মৱানচিংবদসু নোংগী ঈশিং চুপশিনজহৌই। চুপশিনবা গুমহৌদবা অচেনবা শৰুক অদুনা লৈমায়দা তাৱকই। অঙশ্বা চীংমাদদসু হৌৱিবা উদুনা চুপশিনবা গুশ্বমখে চুপশিনজৱবা মতুংদা চীংখক্তা ঈশিং তুংশিল্লকই।

পুৱাৱীদা কাউঙন্মৰেইদবা জুন ১৮

লৈবাকী গুমথৈ কায়হল্লকপা য়াবগী তানফম লাৰুৱদা মশীং থিঙমদ্রবা মীয়ায়্ল্গা ইমা লৈবাক্কীদমক শিৱবসু য়াৱে হায়না চোঙথোক্ৰৱক্তুনা গভৰ্ণৰ অমদি চীফ মিনিষ্টৱগী বদ্লগে তন্ম্বা ছুপচিল্লৱকথি। লাৰ্লা-ফানবা গুমদ্রবা মণিপূৱ ইমাগী মপাৱি-মমোম কয়ানা গুমথৈ কায়ৱবদি লৈঙাকপশিং লৈবগী মথৌ তাদ্ৰে, লেজিসলেটিভ এসেমৰ্লি থল্শ্ববগী ৰাহছোক লৈত্ৰে হায়দুনা এসেমৰ্লিগী বিল্টিং, স্পিকৱৰগী বদ্লগে, এম এল এ কয়াগী কাটৱশিং অমসুং পোলিটিকেল পাটি অয়ান্শ্বগী ওফিসলিং মৈ থাদুনা অমাঙ-অতা থোকহনখি। নুমিৎতুদা মমা লৈবাক্কীদমক হৌনৰুবা তৌদনা চোঙথোক্ৰৱকথিবা, শিবা-চঙবা খঙদনা থোক্ৰকথিবা মশীং য়াল্লবা মীয়াশু কস্ত্ৰোল তৌনবগীদমক খুংলায় পায়বা সিকুৱিৱিটি পাৰ্সনেলশিংনা নোংমৈনা কান্গদা মীওই ১৪গী পুন্দি খাঙুথক্তা লোমখি। নুমিৎতুদা লৈখিদ্রবা মীওইশিং অদুদি খৌইজুমান ময়য় লৈকায়দগী যৌদাম গুনেশ্বৱ, খাগেফল্লি পশ্ছুক্তগী এদভোকটে য়ল্ল্গাম নিসিকান্ত, কুশ্বী তেৱাখোংদগী অমোম ৰাজেন মীতৈ, খুৱাই কোঙ্গম (হৈক্ৰুমখোঙ) লৈকায়দগী ময়াল্লশ্বম মনিকান্ত, পোৱোস্পাং কোংপাল মুতুম লৈৱক্তগী শগোলশেম অবুচা, লিৱা লশ্বী মীইবম লৈকায় বোকুল মখোংদগী খৌইস্ৰাম সিংহজিৎ, নোংমৈবুৰা নান্দ্রম চুখেক্তগী থোকচোম ৰিলসন, খুৱাই কোঙ্গম লৈকায়দগী ক্ষেত্ৰিময়ুম জীবন (মোচা), য়াইস্থল জন্মায়ান্শ্বদগী থোকচোম ললিত, খুৱাই কোঙ্গম লৈকায়দগী কোঙ্গম কামেশ্বৱ, কোঞ্জে লৈকায় ক্লব কেথেলদগী গুৱময়ুম দত্ত শৰ্ম্ম, শিংজমৈ ৰাংমা ক্ষেত্ৰি লৈকায়দগী ক্ষেত্ৰিময়ুম ৰোমিও অমসুং চীংগুামখাদনী থিঙোম বিৱেদ্ৰনি।

 সেন্ভৱ অমদি আই-এমগী মৱক্তা কাঙলূপ নাইবা থৌওংগী মায়োক্তা মমা তানা চঙশিনবা খোঙজ্ৰদা কাকৈখেলে মৌইৱাং পুৱেলদগী লাইশ্বমী অশ্বমীয়া চহীদুমক্কী জুলাই ৪দা, উৱিপোক খৌইয়াম লৈকায়দগী লাইত্ৰোঞ্জম ৰাজকুমাৱনা জুলাই ২০দা, অৰাং খুৱৌ মমাঙ লৈকায় লনসোনবী বজৱদগী চবুংবম ভৱত (ভগং) না জুলাই ২৪দা অমসুং লাঙথেলদগী ওক্ৰম ৰামানন্দনা জুলাই ৩০দা মমা লৈবাক্কীদমক নোক্ৰা নোক্ৰা থৱায় থাখি। লৈখিদ্রবা মীওই গুল্লমক ইশ্বফালগী কৈক্ৰুপাংতা অৰৌইবা মথৌ মঙম পাঙথোকখি।

 ইন্দিয়া গভৰ্ণমেণ্টকী ফিৰেপ হন্দোকহনখিনবা মখা তানা চখৱকপা খোঙজ্ৰংগী শৰুক অমা ওইনা লমদমসিগী মইহৰোয় লিশীং কয়ানা মইহ তমজৰৱেই হায়দুনা মতমদুগী গভৰ্ণৰ শ্ৰী বেদ মৱৱা, দিষ্ট্ৰিক্টকী দি সীশিং অমসুং সব-দিভিজনগী এস দি ওশিংদা লাইৱিক পীশিনবগী কল্পবা খোঙজ্ৰ অমা চঙশিল্লকথি। পুলিসনা টি়য়ৱ গ্যাস সেল, ৱবৱৰ বুলেট কাণ্ডুনা অমদি লাথি চাৰ্জ তৌদুনা নমখনবা হোংনখিবা খোঙজ্ৰ অদুদা মইহৰোয় লিশীং কয়়া অশোক-অপন নংখি। জুন ১৮গী নুংখিল পুং ১দগী ইশ্বফাল ইষ্ট, ইশ্বফাল ৰেণ্ট অমসুং যৌবাল দিষ্ট্ৰিক্টতা মতম কক্তনা কাৰ্কিয়ু থমদুনসু মীয়ামগী ঈহৌ ইন্মথবা গুশ্বৱী কীভম লৈখিদে। মফম কয়াদা মীয়ায়্ল্গা ৱেল্লি চংপা, সিট-ইন-প্ৰোটেষ্ট পাঙথোকপা অমসুং মইহৰোয়শিংদা লাইৱিক পীশিনবগী খেঙজ্ৰং মখা চখৱকথি।

 মীয়ামগী ঈহৌ অঙকপা ফংনা কনখংলকপগা লোয়ননা জুলাই ২১দা য়ুনাইটেদ কম্বিটি

টি ঐচ বীৱথজা (বদন)

জুন থা হেক ওইৱকপদা মণিপূৱগী মীয়ায়্ল্গা কুমজা ২০০১গী জুন ১৮বু নৌহৌননা নীংশিংই। লৈখোকপা, নাছোকপা য়াদ্ৰবা পুন্দিগী শিখ্ৰা কয়়া পাংনবা হোংনৱিঙৈদা ৰাখল চেইথোকপা গুমদ্রবসু জুন ১৮বু কনানসু কাউথোকপা গুমদে। তশেংবসু নুমিৎ অসি মণিপূৱগী পুৱাৱীদা মতম চুপ্পগী ওইনা অৱংবা ময়েক্ৰা ইন্দুনা লৈহৌৱগদবা য়াল্ল্গা মৰুওইবা নুমিৎ অমনি। ইন্দিয়া লৈঙাক অমদি নেসনল সোসলিষ্ট কাউন্সিল ওফ নাগালিম-আইজাক মুইভা (এন এস সী এন (আই-এম) অনীগী মৱক্তা কুমজা ১৯৯৭কী ওগণ্ট ১দগী হৌনা চংনৱকথিবা সিজ ফ়ায়ৱ এগ্ৰীমেন্টকী কাঙলোনশিংবু মণিপূৱ য়াঙনা অৰাং নোংপোকী নাগা তাই হায়রিবা মফম পুল্লমক্তসু চংনৱগনি হায়না কুমজা ২০০১গী জুন ১৪দা য়ুনিয়ন হোম সেক্ৰেটৱি কমল পান্দেনা লাউথোকখি। মণিপূৱদা সিজ ফ়ায়ৱ য়ৌহল্লকপা হায়বসি ষ্টেট অসিগী মীয়ায়্ল্গা শুকপাম পামদবা মৱল্ল্গা মসিগী মায়োক্তা মণিপূৱগী তোঙান তোঙানবা মীওই কাঙলুপশিংনা সেন্ভৱদা কয়়াৱক হৱ্না তৱুন্ম্বা লাৰুকথিবা লোয়ননা ওল মণিপূৱ য়ুনাইটেদ ক্লবস ওৰ্গেনাইজেসন (অমুকো) না শিন্দুনা কুমজা ১৯৯৭কী ওগণ্ট ৪দা অমদি ওল মণিপূৱ ৱ্লবন্টেনস য়ুনিয়ন (এমসু) না শিন্দুনা কুমজা ২০০০গী সেপ্টেম্বৱ ২৮দা পুৱাৱীগী ওইবা গুমথৈ অমদি অপনুবা শক্তম গুৱক্ৰবগী মীয়ামগী অচৌবা খোঙচৎ অনীৱক চংশ্ৰবফাওবদা য়াল্ল্গা যৌশাদবগী মওগ্দা ইন্দিয়া লৈঙাক্কী মীছৎ কে পদ্বান্নাভাইয়া অমদি আই-এমগী লুচিংবশিংনা বেফোক্তা নুমিৎ নীনি চুপ্পা ৱাৰী শানৱবা মত্থৎ জুন ১৪দা সিজ ফ়ায়ৱ এক্সটে দ তৌবগী ৰাফম লাউথোৱকথিবনি। থৌওং অদুবু য়ানীংদবা ফোঙদোকপা ওইনা অমুকোনা লুচিংবা লূপ ৮৩না থংনবা নুমিৎ, জুন ১৫গী অহিং নোংয়াইদগী তাং ১৮গী নুংখিল পুং ৬ ফাওবা পুং ৬৬কী জেনৱেল ষ্ট্ৰাইক কৌথি। অতোপ্পা লূপ মঙা - এমসু, এমকিল, নিপকো, য়ু পি এফ অমদি নূপী সমাজনসু সেন্ভৱগী ফিৰেপ্লু য়ানীংদবা উৎতুনা জুন ১৭কী অহিং নোংয়াইদগী তাং ১৮গী নোংয়াই ফাওবা পুং ২৪গী জেনৱেল ষ্ট্ৰাইক কৌথি।

 জেনৱেল ষ্ট্ৰাইক মনুংদা মীয়ায়্ল্গা হৌনৰুবা নাইদনা লমজাউ শোৱোক্তা থোক্ৰৱক্তুনা সিকুৱিৱিটগী অকনবা চেকশিন থৌৱাং মৱক্তা ইন্দিয়াগী প্ৰাইম মিনিষ্টৱ, হোম মিনিষ্টৱ, আই-এমগী লুচিংবা মুইভাগী ইফিজিংশিং অমদি নেসনল ফ্লেগ মৈ থাবদা কাৱৰকপা মৈখুনা অতিয়া মমখি। লশ্বীশিংদসু নুংজাউ, উ অমদি লিক্ৰি মচেংনা পুমখন থনখি।

 অমুকোগী জেনৱেল ষ্ট্ৰাইক লোইশিনবা জুন ১৮, নিংথৌকাবা নুমিৎতা তোঙান তোঙানবা মায়কৈদগী লাৰুকথিবা নূপী-অঙাং য়াওনা মীওই লিশীং চা কয়ানা শাহু কল্পবা নোংলৈ অমগী শক্লোন লৌদুনা শাউনীংবা, পেন্দবা পুল্লমক লৈঙাকপশিংগী মখক্তা অখাক-অৱাওগা লোয়ননা হৈথৱকথি। নীংশিংবা খোক্ত্ৰবা মতমদগী হৌনা নুংশিং-চালনা, মচিন-মনাও ওইনা লেমিন্নৰুৱৰা তোঙান তোঙানবা মীওই কাঙলুপশিংগী মৱক্তা শিংচেপ খাজিন্দুনা অপনুবা শক্তম অমসুং