

খৌরী কোঙ্গৌইনা পন্তুং ওইহনগনু কনাদা তায়, লাাদা অদুম তায়

রিলিফ কেম্পতা লৈরক্লিবা আই দি পিশিংবু প্রসিদ্দেটস ক্লনসিগী লৈঙারু মশাগী য়ুমশিংদা হঞ্জিলহল্পগনি হায়বা, হায়খিবসিগী মতুংইয়া মসিগী থবক-খৌরম খরসু পায়খংপা হৌখ্রবসিগী চেরজা আই দি পিশিংগী মরক্তগী চহী ১৪ খত্তা ঙাইরিবা মইরোয় নুপামচা য়াওনা মথং-মথং খৌরী য়ান্দুনা শিজিল্লক্লিবসিবু খন্নরিঙেদা তেঙ্গোল তুম্মী হায়বদুনি হায়না লৌবা য়ারোইদ্রা? রিলিফ কেম্পতা চঙজফম লৌরক্লিবশিংগী মরক্তগী খৌরী য়ান্দুনা শিজবগী খৌদোকসি ওক্টোবর ৩১, ২০২৫গী অয়ুক অঙনবদা ইম্ফালগী কবো লৈকায় (দুলালেদ্দ) দা লৈবা রিলিফ কেম্প অমদা থোকপ্তিবা খৌদোকসি অহানবা নন্তে। খৌদোকসি খোক্ত্রিঙে নুমিৎ ৩২নিগী মমাঙ সেপ্টেম্বর ২৮, ২০২৫গী নোংঙাল্লমদাইদসু জিরিবাম হায়র সেকেন্দরি ফ্লুদা হাংবা রিলিফ কেম্পতা লৈরকখিবা, ফ্লুসিদা ক্লস নাইন খক্তা তম্দিবা নুপামচা অমসু ফ্লুসিগী সাইকল শেদতা খৌরী য়ান্দুনা শিজত্রে। জিরিবামগী খৌদোকসিগী মমাঙদসু অসিগুন্না খৌদোকসি অতোপ্পা রিলিফ কেম্প খরদসু থোকত্রে। হায়বদি য়ামশিল্লক্লবনিনা খুৎ খেতুনা পাবদা খুৎ অনীগী খুংশা ১০না কোন্নরক্তবদগী খোঙ অনীগী খোঙশাশিংসু য়াওনা থেকপগী কীভমদা লাক্লে হায়বা য়ারে। রাফমসি হায় হায়দুনা অসিগুন্না খৌদোকসি মখা তানা থোকহম্মীংবা অমসুং থোরকখিসনু হায়বা নন্তে। অশিবা কৌবা পোংলুমসি মীওইবা হায়বা থরায় পানবা কাঙলুপসিনা হেক পোক্তরকপদগী লোয়নদুনা অমসুং শাগোন্নদুনা লাক্লবনি। মীওইবা পুন্নমক্কী নঙ্গলদা পোদুনা লাক্লবনি হায়বা ফাওবা য়ারিবনি। মী অমগা অমগা খেয়লবগী মতুংইয়া পুন্সি শাবা-তেনবা লৈবগী রানি। ‘অশিবা’ কৌবা পোংলুমসিদি মীওইবা পুন্নমক্ল নোংমো নংত্রগা নোংমদি শোয়দনা থারগদবনি। মসিমক্ল মীওইবা ‘অমর’ নন্তে, ‘মেন্নইজ মোর্টেল’ হায়নরিবসিনি। চুমসুচুম্মী। নুপা ওইগেরা, নুপী ওইগেরা মীওইবা পুন্নমক শিগদৌরিবনি। অদুবু মীওইবা অমগী হিংফম থোকপা অমসুং লৈফম থোকপা মতমদু যৌত্রিঙেদা খাঙতপ্তা হৈ-লৈ থংপদৌনা মপুন্সি পিখন্নহনবগী খৌদোকশিংসি থোরকফম, থোরকহল্পকফম থোকপ্তা হায়বনি।

‘সুইসাইদ’ কী খৌরী য়ানবা নন্তবা অতোপ্পা পাইয়ে অমসুং খৌওং ময়াম লৈ। অদুবু থবকসি অফবা খৌদৌ নন্তবনিনা লৌইনা কোংথোকুনা পল্লরোই। অফবা থবক-খৌওং ওইদবদগী থোকহম্মীংবা খৌদোকসি থোরকহন্দনবা মালেম পৃথ্ধা কুমজা ২০০৩দগী হৌরদুনা চহী খুদিংগী সেপ্টেম্বর ১০দা ‘বর্ল্ড সুইসাইদ প্রিভেসন দে’ হায়দুনা খৌওইনা খৌরম পাঙথোকুনা খৌদোকসি থোকহল্পক্তনবা হোংনরক্লিবনি। সুইসাইদ হায়বসি করিনো, করি-করন্না মরমশিংদগী থোকহল্পকপনো অমসুং করি তৌরগা থোকহল্পক্কৌইদগে হায়বগী মতাদা পুথোকুনা খন্ন-নৈনরিবনি। রাফমসি মণিপূর অমসুং লৈবাকসিগী স্টেট অমসুং য়ুনিয়ন টেরিটরিশিং খন্তগী নন্তে। মালেমগী লৈবাক পুন্নমক্ল মায়োক্লরক্লিবা খৌদোকশিংনি। করন্না লৈবাক্তনা খৌদোকসি ঝাইদগী য়ান্না থোকই, করয়দনা য়ান্না খোঙে হায়বগী ওমিশল ওইবা রেকোদশিং ফাওবা লৈরিবনি। পীক্লবা অমসুং মীশিংসু য়ামজদবা মণিপূরদসু থোকহম্মীংদবা খৌদোকসি মে ৩, ২০২৩দগী হাংদোরক্লিবা রিলিফ কেম্পশিংসি লৈরকপদগী থোরকপা নন্তে। মসিগী মমাঙদগী থোরক্লবনি। অদুবু ‘সুইসাইদ’ হায়রিবা থবকসিনা ‘পুল্লি-রাখল’ হায়বদি মীওইবা অমগী ‘মেন্টেল হেল্ঠ’ কা হকখেনানা মরী লৈনবনা ‘বর্ল্ড সুইসাইদ প্রিভেসন দে’ গী খৌরম পাঙথোকুনা খৌদোকসি থোকহন্দনবা হোংনরকপদা ইন্টরনেশনল এসোসিয়েশন ফোর সুইসাইদ প্রিভেসন (আই এ এস পি), বর্ল্ড হেল্ঠ ওগনিইজেশন (দব্লিযু ঐচ ও) অমসুং বর্ল্ড ফেদরেশন ফোর মেন্টেল হেল্ঠ (দব্লিযু এফ এম ঐচএ) নচ্চিবনা মাঙজিল থানা খৌনা লৌরক্লিবনি। খৌদোকসিগী মখল, কর্দদগী থোরকপনো অমসুং করি তৌরগদি থোরকহল্লোইদগে হায়বগী রাফমশিংদি মালেমগী থাক্তা লৈরিবা, পাঙথোক্তবা য়াদবদগী বর্ল্ড সুইসাইদ প্রিভেসন দেগী খৌরমশিং পাঙথোরক্লিবা কাঙলু য়াওনা সাইকোলোজিষ্ট অমসুং সাইকিয়াট্রিশিয়নসু হোমো মরীক চুন্না খঙলিবনি। মখোয়গী মায়কৈদগীসু খৌদোকসিগী মতংখা মরী লৈনবা রাফম কয়া ফোঙদোক্তনা লাক্লিবনি। অদুবু ‘সুইসাইদ’ কী মতংদা মালেমগী, লৈবাকসিগী অমসুং মণিপূরগী ওইবা খন্ন-নৈনফম থোকপা ‘খিওরি’ অমসুং থবক্তা ওল্লোক্তবা য়াদবা মখল কয়গী ‘প্রেস্ক্রিকেল’ শিং লেজবরসু ইয়াম-শয়দা ঐখোয় খুইদিদি মশা মখক্তনা মপুন্সি লোহিশিঞ্জবগী থবকসি ‘মখা তানা হিংলুরগা করিবু কামখিগদগে, মিৎকুপ অমা ফাওবা চোচ্চা হিংনীংদ্রে’ হায়দুনা খাঙঙুথক্তা পলিবু মাঙহঞ্জদুনা লোহিশিঞ্জবগী খৌওংসি চখরকপনি, মরমদি তেঙান-তেঙান্না লৈগনি। অদুবু মীওইনা হিংনীলক্লুবা হায়বসিদি হৌজিক ফাওবদা লায়োংবো বারিবা অক্লবা লায়নানি। লায়নাসি মীয়ামগী মরক্তগী খরদা নংত্রগা অম-নিদা নারকপগী মথক্তা রিলিফ কেম্পতা চঙজফম লৌরক্লিবা আই দি পিশিংগী মরক্তসু শন্দোরক্লিবা করিগীনো হায়বনি। রাহংসিগী পাউখুমদদি হৌজিক মণিপূরগী লৈঙাক চুপ্তি পায়রিবা প্রসিদ্দেটস ক্লনগী লৈঙাক অমসুং গভর্নমেন্ট ওফ ইন্দিয়ানা নাইদুনা লোখিবা য়ারোই। মচি-মক্কমদা খৈজিন-লোংশিন্দুনা কে-কু লোংপসু য়ারোই। নখোয়না লানসিগী বারোহিশিন পুরক্তনা মণিপূরদা ঈং-তল্পা মহৌশাগী নুশি চন্নবা কীভম হঞ্জিল্লক্লবা তোদে, হোংনদে হায়বা নন্তে। অদুবু নখোয়না ঙুগাং লাহোং ‘নেশনাল য়ুনিটি দে’ হায়দুনা পাইথোকখিবা সর্দার বল্পভভাই পটেল কৌবা নুপাদুনা নিংখৌ পানবা লৈবাক ৫৬০ খোমজিল্লগা শেম্মনি হায়রিবা ‘ইন্দিয়া’গী করন্না মফমদবু মণিপূরদা থোক্লিবা কাঙলুপ অনীগী লানসি থোকপা য়াওন্ত্রবগে? ‘আইরন মেন’ দুদী মচা-মশু, চাদা নৌদা নখোয়না মণিপূরসিবু চহী ২ মখায়রোম হিঞ্জোং-কায়জোংবদুনা শলাক শাবা’মথৈ থম্কেলিবা করিগীনো হংবনিদা? কোইথোক্লুদনা কান্দে। ‘সিপরেট এডমিনিস্ট্রেশন’ গী নীংঙাই তৌরক্লু হায়দুনা মমায়-মমিং খঙদবা মথৈ থাজিল্লগা মতুং তৌরক্তনবা মচিনগা ঙুগাইবিগে হায়না য়ুনিয়ন লৈঙাক্ল খনবগী মহত্তা নীংঙাই থেল্লবা পাইফিং খিদুনা লৈখোকত্রে। অদুনা হৌজিক কাদা ভায়, লাাদা তায় হায়বদুনি। লমহুইনা অদুর শিল্পি হায়য়ে-য়ে হায়বদৌনা তৌরগা নপুসিদুনা লাক্স ফংলরোইদবা অরাংবা থাক্তা লৈখ্রবশিংদা ওনশিন্দুনা চিকুনা লৈরনু। ঙাকথোকপদা নাহি ওইনা তারনি। পঙ্কদনা পুনশিগৌ। দেল্লীগী অঙজশিংদা অরোইবা ওইনা নখোঙ থিল্লুরো। কুমজা ২০২৭কী মীখলদা হীদাক তৌনবা থিবদা অমত্তা ফজরোইকো!!

মীতৈগী পুয়া ‘নিঙখৌলোল লম্পুপা’ (নিংখৌরোল লম্বুবা) - (৬৯৯)

(পুয়গী অরিবা ময়েক্তগী বাংলা ময়েক্তা চনম হেমচন্দ্রনা লায়থোক্তা ইথোকপা অসি মীতৈ ময়েক্তসু নুমিৎ খুদিংগী ইথোকুনা ফোঙজরগনি।)

লাকচাখীনা লালঙমলে। য়োইবু মৈতৈ লৈমবিদি। সনা খোঙলেন্ডনা লালঙমঙৈ। লৈমা সনা মিংওনথিয়ে। তাংখুল কাসোমঙম্ববি। ছয়েল খোইয়াঙবা ফবি ও মিংকৌখিয়ে। য়োইবু মৈতৈ লৈমানা। সনা খোঙলেন্ডনা লালদাখিবিদি। অসিনা লোইবা লৈখিদি। মাইকৈ কোংপোক লমগা থংননা। তাংখুল লমগা লোলননা। চুকপালমপু নাওতা য়ামবা (মচা মশু য়ামবা)। হিতা লোলখোঙ লাইজ ঈশিং তুমাবা। শাবী লমচা ওবনা। ●

ফ্রিটাইণ্‌ সার্ভে 'এমিউস্‌ টম্যাগো' (এমিউস্‌ টমচুচ) - (৫৫৫)

(সার্ভেইণ্‌ এফ্রিট ফ্রেশ্‌শ্যুচগাণ্‌ ষ্টাটে ফ্রেশ্‌শ্যুচ সর্ভে স্পেস্‌স্‌জল্লুৎ টেচম্‌শ্যুৎ চম্‌শ্যুগা ওয়েব্‌ ফ্রিট ফ্রেশ্‌শ্যুচগ্‌ এফ্রিট সুর্‌শ্যুগা চম্‌শ্যুগ্‌ ইথোক্তোপাণ্‌)।

টায়স্‌ম্‌টে টেব্‌শ্যুচম্‌। দ্‌স্‌চুচ ফ্রিট্‌ ট্‌ফ্‌টফ্রি। ওটে স্‌শ্যুচম্‌টে টেব্‌শ্যুচম্‌। ট্‌ফ্‌ ওটে ফ্রিউথ্‌শ্‌চফ্রি। টেব্‌শ্যুচ ম্‌শ্‌শেফ্রি। দ্‌স্‌চুচ স্‌চ্‌চরশ্যুচ ঈট্‌ ওে ফ্রিউথ্‌চফ্রি। দ্‌স্‌চুচ ফ্রিট্‌ ট্‌ফ্‌টে। ওটে স্‌শ্যুচম্‌টে টেব্‌শ্‌চফ্রি। ওয়েটে ট্‌চুচ ট্‌ফ্রি। ফ্রিচম্‌ ট্‌শ্যুগাণ্‌ টম্‌। ট্‌ফ্‌টে। টেব্‌শ্যুচ টম্‌। ট্‌ফ্‌টে। স্‌শ্যুগাণ্‌ফ্রি ট্‌ফ্রিট্‌ টম্‌চ (ফ্রি-ফ্রি টম্‌চ)। স্‌চিট্‌ ট্‌ফ্রিট্‌ টেচট্‌ চফ্রিট্‌ সুর্‌ফ্রিট্‌। ওটেট্‌ টম্‌স্‌ফ্রিট্‌। ●

পাউচে অসিদা ফোঙজরিবা বারেশিং অসিগী রাখল, মীংয়েং অইবা মশা মশাগিনি। পাউচে অসিগী রাখল্লোন অমসু মীংয়েংগা খোইদোক্তা মরী লৈনদে।

লৌমীশিংগী কাখল

হরাইমুবী পান্দিদা ব্রাহিক

হোংনবদা Sulphur 80%WDG নংত্রগা Myclobutanil 10%WP অমুক কাপ্পা তারকই। মরমশিং অসিনা হরাইমুবীদা তারিবা তীলশিংগী মনুদা ব্রাহিক (Aphids) না ঝাইদগী হোমো মক ওইনা লৌনৈ, চেকশিন্নৈ।

হরাইমুবীদা তারিবা ব্রাহিকশিং লাকশিন্নবা পাইফিং : ১) ঈশিং কাপ্পা : হরাইমুবী য়ান্না থাবা নন্তবা, ফৈদোম অমা অনীখক থাবা মফমগীদমক্তদি ব্রাহিকশিং তাবা হৌরকপদা ঈশিং খক কাপথোক্লগসু তীলসি তাবা হুহুহনবা য়াই। মসিগীদমক হীদাক কাপ্পরিবা শ্লেয়রগী মচিন্দুনা ব্রাহিক তারিবা পান্দিগী শরুক্তুদা নকশিল্প থন্নগা কাপথোক্লনি। নুমিৎ মরি মঙারক কান্ন-কান্না কাপথোকপদা ব্রাহিকী মশীং খঙনে হেনগংপা ঙল্লোই।



২) পান্দিগী মতোন থংপা (Pinching) : মপুং ফানা হরাইমুবী পানন্ত্রবা, মখা তানা পানবগী চাং হুহুরক্লবা খরা লিরবা পান্দিশিং অমসুং মথং চহী থাননবা মরু লৌগদবা মফম ওইরবদি হরাইমুবী মতোনশিংদু থংপা য়াই। পানবগী চাং হুহুরক্লবা হরাইমুবী মতোনশিংদু লৈ নাচোমগুন্না কুংশিমা মপাল শাবা (মই ওইবা বারগদবা) অমসুং পীশক-পীক্ল তল্লক্লিবা মইশিং (চাওরোইদবা) দু মতোন থংকনি। মসিনা অরেশ্বদা মচীঞ্জাক শীজিন্নাহন্দে। হান্না পাল্লবা মইশিং মরু চংবা হেলহল্লি। ব্রাহিক তাহন্দে (তাকম লৈতবদগী) ভাইরস লায়না শন্দোকহন্দে।

৩) উৎ চাইশিনবা : হীদাক শীজিন্নবা পামদে হায়দুনা ব্রাহিক তারবা হরাইমুবী পান্দিশিংদু

উৎ চাইশিনবসিমদি য়ান্না চুমদবা থবক্লি। অকায়বা য়ান্না লৈ। উৎ হায়বসি ঈশিং মনিল য়ান্না চুপশিল্লি। Hygroscopic ওই। ব্রাহিত্তা পাল্লবদি ব্রাহিত্তগী উৎনা মহি চুপথোকই। ব্রাহিকশিংবু কংহনবা ফাওবা ঙুম্মী। অদুবু য়ান্নবা উৎশিং মনাশিংদা তাশিল্লিবদুনা মনাশিংগী মথৌ টৌহন্দে। Physiological disorder লৈগনি।

৪) তীল হাংপা ঙুন্না কোকফাইশিং শীজিন্নবা : তীল হাংপা ঙুন্না কোকফাইশিং শীজিন্নদুনা হরাইমুবীগী ব্রাহিক লাকশিনবা য়াই। মসিগীদমক Besiwell (Beauveria bassiana) মিলিলিটর ৮০-১০০ ঈশিং লিটর ১ খুদিংদা য়ান্নগা পান্দিগী মতোহুংবা শরুকশিং চোংনবা কাপথোক্লনি। মসি নংত্রগসু Aspergillus flavus কী কলচর শীজিন্নবা য়াই।

৫) নিম ওইল : তীলশিং খজিক তাবা হৌরকপা মতমদা অফবা নিম ওইলশিং শীজিন্নবা য়াই। মসিগীদমক Neem Well নংত্রগা মায়বা 3000ppm গী নিম মহি মিলিলিটর ৬০ ঈশিং লিটর ১৫ খুদিংদা য়ান্নগা পান্দিশিং চোংনবা কাপথোক্লনি।

৬০ হেল্লিব মতম অমদা হেতুনা য়োল্লিবা হরাইমুবীশিংদা তারিবা ব্রাহিকশিং লাকশিন্নবা Killer 707 মিলিলিটর ২০ ঈশিং লিটর ৫ খুদিংদা য়ান্নগা পান্দিশিং চোংনবা কাপথোকপা য়াই। ●

পান্দিগী মচীঞ্জাক মচল নাইত্রোজেনগী মরমদা খঙজিনবদা কান্নবা ব্রাফম খরা



- ডা. এস সুমঙ্গল -

মালেমদা মহৌশাদগী লেজরল্লবা ইলিমেন্ট ৯৪গী মনুদা ১৮ খতি পান্দিগী তঙাইফন্দা চঙদবা য়াদবা ইলিমেন্ট (পান্দিগী মচীঞ্জাক মচল) ইসেলিএল ইলিমেন্টনি হায়না খঙনরে। মসি কনাগুন্না হৌজিক ফাওবা ১৬/১৭নি হায়না থম্মরি। ১৮ অদুদি - ঈশিং অমসুং নুংশিংতা অয়ান্না ফংবা - কার্বোন, ওক্সিজেন অমদি হায়ড্রোজেন; লৈবাক লৈহাও মপঙদা অয়ান্না ফংবা - নাইত্রোজেন, ফোসফরস, পোটাসিয়ম, কেলসিয়ম, মেগ্নেসিয়ম অমসুং সলফর; লোয়ননা লৈবাক লৈহাও মপঙদা ফংবা - আইরন, মেঙ্গানিজ, বোরোন, জিঙ্ক, কোপার, ফ্লোরিন, কোবাল্ট, মোদিবদেনম অমসুং নিকেল হায়রিবশিং অসিনি (ব্রোদি এন্ড বেল, ১৯৯১)। অদুবু হৌজিক্তি কোবাল্ট অসি তঙাইফন্দা মচল ওইদ্রে অদুবু পান্দিদা কান্নবদি ওই হায়না লৌনরে। অমরোমদা অমুক কোবাল্ট অসি হরাই পান্দিশিংগীদমক্তদি তঙাইফন্দা (ইসেলিএল) ওই হায়না থম্মী। মরম অসিনা তঙাইফন্দা পান্দিগী মচীঞ্জাক মচল অসি ১৭নি হায়না থমজগে।

মথক্তা থমজরিবা মচীঞ্জাক মচলশিং অসিগী মরক্তগী পান্দিদা ঝাইদগী হোমো চঙবা/শীজিন্নবা মচলশিংগী মনুদা নাইত্রোজেন, ফোসফরস অমসুং পোটাসিয়ম অহম অসিনা ওই। মরম অসিনা মখোয় অহম অসিবু প্রাইমারি নুট্রিএন্ট হায়না খঙনৈ। মখোয় অহমগী মরক্তগী লৌ উবিরিবা ইচ্চি লৈননা খঙজিনবদা কান্নগনি খনবা মক ওইবা ব্রাফম খরা থমজরি।

নাইত্রোজেন : মালেমগী ওইনা নাইত্রোজেন অসি লৌউ-শিংউগী থবক পায়খংলবা লৈবাক লৈহাওদা ঝাইদগী রাংকনবা ওই। মরমদি নাইত্রোজেন অসি লৈবাক লৈহাওদা ফাজিন্দা কুইনা থম্মা ঙমদে। অয়ান্না এম্মোনিয়া গ্যাস ওইনা পাইথোকখি, ঈশিংতা তুমদুনা চুমখি অমসুং চেছুখি, লোয়ননা থারিবা নংত্রগা হৌরিবা পান্দিনসু য়ান্না শীজিন্নথোকখি। মহৌশাগী ওইনা লৌউ-শিংউ তৌদনা লেজরিবা উমং রামং অমদি লম্মাংশিংদনা মাঙবগী চাং অসি খরা মথৈ ফৈ। মরমদি মফমশিং অসিদি হার ওইনা হেঞ্জিগা হাপচিল্লবসু লৈতে, মই মরোং লোকথোকখিবসু লৈতে। মহৌশানা চাং অমদা অদুক বেলেস তৌদনা থম্মী হায়বা তাই। অমরোমদনা অমুক

নীংথমখা লাকপদা ঙা য়োল্লিবা পুত্ৰিশিংদা লৌখংকদবা চেকশিন খৌরাং খরা

- ডা: য়ুন্নাং বেদজিং -

ঙা হায়রিবা জীবশিং অসি কোল্ড ব্লদেদ (Cold blooded) ওইবা মরন্না ঐখোয় মীওইবগুন্না নংত্রগা বার্ম ব্লদেদ (Warm blooded) ওইবা জীবশিংগুন্না অকোইবদা লৈরিবা অঈং-অশাগী মতুংইয়া মখোয়গী মশাগী অঈং-অশা হোংবা ঙমদে। ঐখোয় মীওইবদি অকোইবগী অঈং-অশাগী মতুংইয়া ঐখোয়গী হকচাংগী অঈং-অশাসু তপ্তা-তপ্তা হোংবা ঙুম্মী। টেইগুন্সুসু ঙাদি মখোয়গী অকোইবদা লৈরিবা অঈং-অশাগী চাং অদুদা মখোয়গী মশাসু অদুমক লৈগনি। মরম অদুনা ঈশিংনা ঈংশিল্লকপা মতমদা ঙাশিং লেং-ওংপগী চাং য়ান্না নেমগনি। ঙা অয়ান্না ঈশিংগী মখা থংবা শরুক্তা পুল্পপ-পুল্পপ লৈগনি। করিগুন্না ঙা খরা খুদম ওইনা হায়রবদা ঙামু, ঙাক্কা, উকবীনচিবা ঙাশিংদি পুত্ৰিগী লৈবাক মনুদা হুংচিন্দুনা লৈবা থেংনগনি। নীংথমখাগী মতম অসিদিদি পুত্ৰিগী মথক থংবা ঈশিংনা মখা থংবা ঈশিংদগী হোমো ঈংবা মরন্না ঙা অয়ান্না মখা থংবা শরুক্তা লৈরিবনি। টেইগুন্সুসু নীংথমখাগী মতম অসিদা নুংশাগী মঙাল য়ান্না ফংদবা অমদি ঈশিং ঈংশিল্লকপনা মরম ওইদুনা ঈশিংদা য়াওবা ওক্সিজেনগী চাং নেমথরকপা অমদি ঈশিংগী অশিনবগী চাং হেনগংলকপনচিবা খৌওং কয়া থোক্লকপনা মরম ওইদুনা ঙানা ঈমাইদা চাদুনা লৈবসু থেংনরক্নি। ঈশিং ফংলক্তনবা মরম ওইদুনা লায়না কয়া খুদম ওইনা হায়রবদা কোকফাইনা থোকহনবা লায়না, বেক্টেরিয়া থোকহনবা লায়না, ইপিজ উতিক অলসরোটচ সিদ্দোম (ঈ যু এস) নচিংবা লায়না কয়া থোকহল্লকনি। মসিদসু নন্তুনা ঙানা মচীঞ্জাক চাবা হল্লকনি অমদি লেং-ওংপগী চাং হুহুরক্তুনা মোটোবোলিজমগী চাং নেমথরকপনা মরম ওইদুনা ঙানা চাউবগী চাং হুহুরক্নি।

মথক্তা পনত্ৰিবা মরমশিং অসি লৈনবা নীংথমখাগী মতমদা ঙা য়োকপা মতমদা লৌখংকদৌবা চেকশিন খৌরাং খরা থমজগে।

১) ঈশিংগী লুবগী চাং অসি য়ামত্ৰবদা ফিট তরুক ওইহনবীগদবনি। অসুন্না তৌবীরবিদি

ঈশিংগী মখা থংবা শরুক খরা শাবা মফমদা ঙাশিং লৈদুনা ঙা মশা ফহনবা ঙমগনি।

২) নীংথমখানা হৌরকপা মতমদা শুনু কিলোগ্রাম ৭৫দগী ১০০ ফাওবা পরি অমা চাউবা পুত্ৰিদা চাইথোকপীবনা লায়না-তীলনা কয়াদগী ঙাকথোকপীবনা ঙমগনি।

৩) পোটাসিয়ম পর্মেগনেট (KMnO₄) কিলোগ্রাম ২দগী ৪ ফাওবা পরি অমা চাউবা পুত্ৰিদা চাইথোকপীগদৌবনি।

৪) CIFAX/CIFA-X লিটর অমা পরি অমা চাউবা পুত্ৰিদা চাইথোকপীগদৌবনি।

৫) থুম কিলোগ্রাম ১০০দগী ২০০ পরি অমা চাউবা পুত্ৰিদা চাইথোকপীরবিদি লায়না-তীলনা কয়াদগী ঙাকথোকপা ঙমগনি।

৬) ওর্গানিক মেনুওর খুদম ওইনা হায়রবদা ষষ্টী, য়েষ্টী, ওকখীনচিংবা নীংথমখাগী মতমদা পুত্ৰিদা থাদবীরোইদৌবনি।

৭) ওক্সিজেন রাংতনবগীদমক্তা এরোটর শীজিবীগদবনি নংত্রগা অনৌবা ঈশিং খরা খরা চিংশিনবীগদৌবনি।

৮) নিংথমখাগী মতমদিদি ঙানা মচীঞ্জাক চাবগী চাং হুহুরকপনা মরম ওইদুনা মচীঞ্জাক পীজবা মতমদা হান্না পীজরহুগী চাংগী চাদা ৫০দগী ৭৫ ফাওবদমক পীজবীগদবনি। ঙানা কয়াম য়ান্না চাবগে হায়বদু য়েংলগা পীজবীবনা হোমো ফগনি। মরমদি ঙানা চাবা ঙুম্মৌদবা থোক্লবদি লেমহৌরিবা মচীঞ্জাক অদুনা ঈশিং ফংহল্লক্তুদনা ঈশিং ঈংশিল্লকপগী থোকহল্লিবা খুদোংচাদবা ময়াম অসিগী মথক্তা অমুক্কা হোমো খুদোংচাদবা কয়া থোকহল্লক্নি। মসিদসু নন্তুনা মচীঞ্জাক হোমো অদুম থাদুনা লৈরবিদি ঙা য়ান্না চাউবগী মহত্তা শেল য়ান্না চংনবগা লোয়ননা ঈশিং ফংলক্তবগী খুদোংচাদবা কয়া মায়োক্লরক্নি। ঈশিংগী অঈং-অশাগী চাং অসি হান্না লৈরন্না চাংদগী চাদা ৫০ হুহুগী থোক্লবদি ঙাগী মচীঞ্জাক থাবীরোইদবনি।

মথক্তা পঞ্জত্ৰিবা চেকশিন খৌরাং খরা অসি পায়খংমিয়ানুনা নীংথমখাগী মতমদা থেংনগদৌরিবা খুদোংচাদবা ময়ামদগী ঙাকথোকুনা লমদম অসিগী ঙাগী পোথোক হেনগংহনবদা অটৌবা খৌরাং লৌমিয়রসি। ●