

CLASS - 5

Nagaland Heritage Studies

ZEME



STATE COUNCIL OF EDUCATIONAL RESEARCH & TRAINING (SCERT)
and STATE CENTRE OF NAGALAND LANGUAGES (SCNL), DSE



Nagaland Heritage Studies

CLASS - 5

STATE COUNCIL OF EDUCATIONAL RESEARCH & TRAINING (SCERT)
and **STATE CENTRE OF NAGALAND LANGUAGES (SCNL), DSE**

NAGALAND HERITAGE STUDIES | CLASS 5 - ZEME

Copyright © SCERT & SCNL, DSE 2018

Third Edition 2023

Illustrator: Imtinungsang Longchar

FOREWORD

The Nagaland Heritage Studies (NHS) is a series of 18 officially recognized Nagaland languages from classes 1 up to 8. These books aim to teach the Nagaland Languages using local culture and heritage as its content base and also promote cultural richness of every tribe and community. The introduction of the Nagaland Heritage Studies in the State's schools from 2018 was in consonance with the guidelines of the National Curriculum Framework (NCF) 2005. The Nagaland Heritage Studies textbooks revised edition covers the learning needs of the students which have added meaningful illustrations. The NHS textbooks are evolving to better language learning of Mother Tongue which is the core basis of one's identity, history and culture.

The State Council of Educational Research and Training & SCNL would like to express gratitude to Professor D. Koulie for his contributions.

We would also like to acknowledge the Department of Arts and Culture, DIPR, all Literature Boards, Tribal Hohos, and the individuals concerned for their contributions towards the development of Nagaland Heritage Studies Textbooks.

The Council & SCNL also wishes to extend its gratitude to Smt. Kevileno Angami, Commissioner & Secretary, Government of Nagaland, SCERT and School Education for sharing valuable suggestions towards improving/updating of Nagaland Heritage Studies textbooks.

Lastly, appreciation goes to SCERT and SCNL team members who have worked hard in completing the NHS textbooks revision on time.

Dated: Kohima the 7th of November 2022.



THAVASEELAN K
Principal Director (IAS)
School Education, Nagaland, Kohima



N.CHUMCHANBENI KIKON
Director,
SCERT, Nagaland, Kohima

MRAI SAM

Zeme ze heleuh ke-nlang nah ke-mting ge tei eh Peren deukui Nagaland gage ling kera dangai. Cine anui zai nah anui let keyi gaze leisikwak peset ket gaze peset mengeu kechang Naga Mapwa ze kecu gaze puopei kera tei mpet gaila.

Ci-nzwa I Zeme Literature Committee Nagaland kelev gaze Zeme pelane dage anui “Zeme Let “ teu maisia kebam anui na meze keteilia mzet lo rang gaila. Iciu eh anui let aize mting teu ndu nah maci pet silu kerane.

Nagame deucei sorkari ze tei keherei delei bam keraide Principal Secretary, School Education nah Director penai Additional Director SCERT penuize. Penui Zeme Let peke-ncam kebam ranggai nah cize anui macet ket gage tei gaibeu. Pechaide Editing Committeeme ze de tai keherei delie penui kemui kebaa ci meizing eh nah leudi mene anui leuhme ziuyi ziemne heta keyi peting kedui nage gage tei mmisang kegai ziemne, Zeme Council Nagaland puisiau nah ngha gaze.

Aize anui Zeme Let teumai kesia setket petsi kelu nah keregui gedah. Cine anui Zemena ke-mteu nah keningcing leune aize anui koalet teu mting nah teu mdu eh lung gaulie.



(N. Haisoyi Ndang)

Chairman

Zeme Literature Committee

Peren : Nagaland

1.	Nagaland ga dai nzwa heleuh zi mtak lu no –I	1
2.	Agu Nagaland	6
3.	Nagaland ga hengyidung – I	9
4.	Nagaland ga dai nzwa heleuh zi mtak lu no –II	16
5.	Nagame rasam – Nghim nah Tankgkui	22
6.	Nagaland hengyidung – II	27
7.	Nagaland ga dai nzwa heleuh zi mtak lu no – III	32
8.	Nagaland hengyidung – III	38
9.	Hemaabe ngngwa heta ketei – Nagame zai keyi kaidiak bebam	44
10.	Naga deuketna nggwadung	50

Kepei 1

1. DAINZWA NAGAME PELEUH ZI NTAK LU DIBI.I

Kepei kahkegaidung:

1. Naga leuhdung ketsamtsam zi penai pe deuket bandung cirabe.
2. Nagame rasamdung cirabe.
3. Kepeibe peisiak de nah pekieh cisiak rabe.
4. Kerau nah kerangzai peupwa kebam de ci eh nzui lu.
5. Koaci dung cilu.
6. Nleuhme sie rünne mene heleuh kedame sie pei nah perehi ci eh hetwa peulu.

Daitei Nagame ze nzipwa heleuh ketsamtsam teidi bi nang nswaga la ni? Aiciu kecu kedane mene penui let nah pezaisie ketket daze tsam kecune. Nagame leuh zidung rang kegai dau peleuh me zaireli mede pedeu pe mina citsam lula.

1. Phom

Phom me kideu luangria mangau keyi gage renam teilwe lung lala. Aipau lamlwatün nah luangria bega kemwa ne peting peting dau gumpwa bamla. Samtie Phom pekieh kemwa, Phom me paupaime culung kebam cuikui ga heni kenagazelunggwang. Ket chai “ying” nah keda chai “long”. Phom me “yinghilong” ze qu la aide chai penui lung kegwang deuket bam deze rangla.



2. Lotha



Nagame leuh kedame nzwa eh Lotha me nlum kela penui Manchuria China gaze Naga hills Kezhakhenoma nam ga lung gwang liela. Kezhakenoma ga mina kieu kedine penui nreule lung gwangdi. Penui tet kegwangdau kereu ge kalwe tet nswa gwangdi. Kedame penui lungpang eh penui ze peimie. Samli penui ngau kelu chai Lotha pekieh “peswa ndei dida” samtie “Latha” be gaze “Lotha” ga gwang di nah tet kedi hemaabe mede tet nswa kedi mina ze eh hemaabe zi lulu.

Samria kedage chai Khrista renet gwang kemak swa Lotha me ratak tei eh hera ketsamtsam ze reca la. Penui katei penui ze “Lotha ta loa Eroë Jipo” aide pekie rau kedet kegai chai ratak teicang gai kebeu mina. Peting ge chai aide teindui pwa Lotha teilu. British Political Officer T.P. Mills raudiak kenzew zicai Lhota Naga nah tie mene rau nzui pwa Lotha ze teilu.

3. Konyak

Cet gailo nkünvüt kecu nleuh bega peupei ge teilu kerane ni? Cize Konyak me tei kela gelie. Penui ze “Na-ga” pekieh kün (na) nah koiki (ga). Kedame leuh daze penui ze tei ntsam kerane penui henating gaze pekünvüt kecu tei bamla. Konyak meze qu si kela ‘ka-ha’ kah lamlwa ziemne kesap nah ha pekieh mina, lamlwa mina. Konyak meze cilu kera giak chai pekün kevüt nah tattoos (pegiak kerau).



Konyak ze kecu dai nzwa keu dibi makieh kena bam. Ket be rang kela Konyak aize samtie kena gaze keu mpet lu. “Khao” mede pepoi nah “Nyak” mede tik. Konyak me petam tiktube dela. Keda ria lamze penui ze “Kong-nyak” pekieh chai penkie ga tattoos. Konyak samtie aide kehame ne kerang rehi gaze teudi.



4. Kuki

Nagaland Kuki leuhme nlum kela penui Khul gaze lunggwang liela. Aipau cuikui ze China sum bega bam. Khul pekieh cupop mede kideukang. Burma mechai Kuki mede Chin ze rangla. Bengalime Chittagong lamlwa mpui ga kelungme Kuki mede “Kookies” ze qula. Kehame ne penui zi Kuki ze raulwe teula kedi nzwa eh penui teu juza di.

5. Sangtam

Kehame Sangtam me deu tingpeile gwang raitu dau, penui muiteube Woodthorpe mina dung daze keteu eh nnui dai gaze gwang no? Penui keli kegai “Sangdang” samtie sangdang kesangsiak be au pebam mina lung kela ki teihu kelu bam.

Aide nda penui paupai melung kela nam zige. Iciu de kehame kedibe ne penui zi Sangtam ze raudi icIU delwe Sangtam ze penui zi teudi.



Samkieh.

1. Peting peting : Ma kekie tei daidai cu mede jüza bamcu.
2. Lungkegwang : Ket gaze tetpwa keda ga kegwang.
3. Tattoos : Kangge gew gage pedui nah Nghim teu riet kegai.
4. Keteu kecu : Mi kangge daze maha dung ge keteu kecu.
5. Paupaime : Anui kiria me ndaa lunggwang kedime.
6. Teisiasüt : Pezaisiasüt.
7. Keu cehu : Mage keu nhang nreube set gage kekai

TEIKERELI

A. Keteukegai samli peulu.

1. Samtie Phom pekieh daino? Phom me deuketna ha raugai lu.
2. Samtie Lotha dai gaze gwang no? Cize pekieh daino?
3. Lotha leuh penui ze dainzwa qu lano?
4. Kuki leuh me dai gaze lunggwang no? Aipau cuikui ze daiga bam no?
5. Sangtam me paupai namzi dailie lano? Cize pekieh daino?
6. Konyak me rangkela makie kena ze raugai lu.

B. Petaube gage keuncüt gailu

- | | |
|------------|------------------------------|
| 1. Lotha | kemwa gage kedagai. |
| 2. Phom | Burmese me chin ze rangla. |
| 3. Sangtam | peswa ndei gwang dida. |
| 4. Kuki | pekün kevüt nah tattoo. |
| 5. Konyak | lung kela ki teihu kelu bam. |

C. Kemrwadung teipui gailu.

1. Lotha me _____ China gaze lunggwang.
2. Phom me _____ kideu luangria mangau keyi
gage renam teilwe lunglala.
3. Kah pekieh _____ nah ha pekieh _____
Konyak me ainzwa la.
4. Bengali me Chittagong kideu mpui ga kelung me kuki mede
_____ ze qula.
- 5) Kuki me _____ gade lunggwang lie la.

D. Nkatei nleuh me gu kemak keda leuh gu kepei gaze kedet lu delwe nang penui leuhme gu nsui kela saulia (eg). taktyei, paiheni, nggwa kenzwadung (etc) ha samtie riaksena gaze hai (100-150) kak rau gailu. Nang pemie de herilu delwe teilua de lubui.

Kepei 2

Agu Nagaland

Kepei kahkegaidung:

1. Leipwakbe peciam tei hezang nah pei reli eh peilu.
2. Leipwakbe lungcet be ci delwe rang nah peha raulu.
3. Leipwakbe ngngei eh keketeu keli gailu.
4. Helet kie kehecibe cilu nah cide teu samriah teilu.
5. Nnui cuikui ga gi reheuneu (flora) nah hekau nruine (fauna) ngau lu kelabe cilu.

Agu Nagaland

Gi reheuneu zuyi kebam bega
Hekau nruine pesamsang teu kwa
nah ngha beula
Kideube mabam cicang kemak
Gwang kedi tingga ngkieng kelu le
pui,
Lamlwa be hu hang kegai dau
Naimik pe zangna be nzwa
Aide au Nagaland, Agu Nagaland.

Keku zaidi nzwa ngkwa kebam ga
Kezuyi duibe lwagwang
Ntiprip eh kebam ziehi
Kekuu kideu be za gade
Mimakecang ling kenzau ga
Di nah kuu eh heroi keteime
Aide au Nagaland, Agu Nagaland.

Rükulü Kezo

Samkieh.

1. Gi reheuneu – mabangdung cuikui dungge gaze ngau lu kela.
2. Hekau nruine – makaudung cuikui dungge gaze ngau lu kela.
3. Cicang kemak – madungge cicang kemak.
4. Ngkieng kelu – hereu gaze ngkieng lu.
5. Ntiprip – samsang kecu mede mige deudi be ziemne peting kai kebeu.
6. Kuu – hing mezing kecu.
7. Hereu keteime – Mige lüt heroi ketei.
8. Ngi kemak – kekuume.

TEIKERELI

A. Kepeimena de peu leipwak be pekatei nah hema tei eh pei lu.

B. Keketeu keli gailu:

1. Leipwak be “Agu Nagaland” ze cuga gi reheuneu nah hek-
au nruine ze daize rang bam no?
2. Leipwak be pelei gaze Nagaland ze pe keyi kemlang dai
ranggai no?
3. “Gwang kedi tingga ngkieng kelu nephui” ze kecu leipwak
be kecet dai no?
4. Leipwak be cauze “kuu eh” ze rang no? Leipwak be kerang
ze nang dai cet no?
5. “Kekuu zaidi nzwa nah kezuyi dui” aipau samriah gaze
nang daige cilu no?

C. Kemrwa teiphui gailu:

1. Gi reheuneu _____ kebam bega nah hekau nru-
ine pe kesamsang teu _____ beula.

2. Lamlwa be _____ hang kegai dau nah _____ pe zangnabe nzwa.
3. Ntiprip eh kebam _____ nah kekuu _____ za gaze.
4. _____ ling kenzeu ga di nah kuu _____.

**D. Dai nzwa ahnui gireheuneu, makau nruine de gumkwaklu lai?
Cet gai delwe tei lu kebui 3-4 samria ge rau gai lu.**

E. Kerangtaa :

Nbung gade hema kecum nzilu. Peupwa kebam samkiehdung gade hema gege eh samria tei gailu. Nbungme ziemne peu hema be gade kepeimena de peu pei sabak gai beu lu.

Henakeyi, Kekuu, Rangdaugaikelak, Ngkiengkelu

F. Tei rabe ta:

Nnui cuikui gaze ngaulu kela gi reheuneu nah hekau nruine mie mengei keu hekwa lu. Pemie dap gailu delwe pezi rau gailu.

Kepei 3

NAGALAND GA HENGYIDUNG - I

Kepei kahkegaidung:

1. Nleuh me hengyi kela nah pe kemlangdung cilu.
2. Heleuh kedame hengyi kela cilu nah penui dage nsui keyi lialu.
3. Koaci cilu, samdui nah samriah aide teu nkatei samriah teilu.
4. Kepei be peisiakde lu iciu eh peu ci maikesia dung ranglia lu kerane.
5. Nkatei nlet gaze rau nah rang kechai cilu.
6. Saukelia peupwa kebam ze nzui eh kerau nah kerang rehi cilu.
7. Heleuh pelane nzwa eh teibam kela ze citsam nah cilu.
8. Nnui leuhme nah kedame ngyidung pie eh keyibe nzai lu nah hetwa peulu.

Nagaland ze hengyi deu lie qula. Nagaland ga heleuh leune de pe katei pegu hengyi ge bamkap. Hengyi kekie ge heta ketaa riale nngnei kie la kedanemene ndaame heta ketaa le pwane nlangtube tei kegwang ne.

Teibam kela renetme nah ratak teipwa Rampaube ze hengyi dau peula. Aipau tingdau ketaktyei nah renga eh peting gwang la.

Aoleang Monyu

Aide Konyak me ngyi kak de nlangtube ge. Cide heta leuh kai kedicaí Keram kei keraí dau mmi nsangne hengyi la. Aipau ze keyi rabe Wangwan kebam



gaze hengyi la. Wangwan kebam rehi be gaze rehangki swa gage kebei pekiak riaumene sum gaila nah Wangwan ze hengyi be gage qu gai eh peu gwang mina ze samlam beula. Teibam kela hengyi aide langherokne hengyi la nah aipau tingdau mteina hekatei, rehu, nggwa, leitei, helimlim nah ketaktyei la.



Metümnyo

Aipau ngyi ze Yimchunger me Kepai kei lang tesetne benai hengyi la. Aipau ngyi ze hena keheci mnaa keludung herui ziemne nnei la. Yimchungerme nlum kela mipeina leuda herui herok nah mipuina

da herui mengei bam la liela. Hengyi tingdau hemeukang dang kechai lwe mipeina ziemne kang herok nah mipuina ziemne kang mengei kaitsam beula. Aipau reude hengyi tingdau ketaktyei, zangna ketei, kemaugi nah naurang teila.

Mimkut

Aipau ngyi de Kuki leuh me Kerie kei ziangreiesena benai hengyi la. Hengyi zi be herei gaze keu lu “mim” (Heci) aide Kuki me nlum kela herei be kideu



peureu nhang sangne ngau lu liela. Kuki me nlum kela kesangbe au penui kideu kang kelungme liela. Mimkut aide hengyi kecu herabe Thilha pa kideu kang hegwang tei kebam be suiyi ketei gaze hengyi la.

Tokhu Emong

Tokhu Emong Lüt di kei lang 7th dau Lotha me hengyi la. “Tokhu Emong” pekieh chai luhlüt lwe kentak nah ketaktyei. Keda ngyi nzwa mene Tokhu Emong tingdau renamme rehu, hekatei, helila ketei, hebeu keteidung tei lama. Aipau tingdau peu renam gaze heg-wale pet lama. Hemeukang peu delwe zangna nah pekibaume kak tei ntip nah gwang kedi tingga ngngwa sia kelaze nsung ta kedi teila. Mteina ngngwa ket tei bamlu kerane rehangki be ga mitei lwe ketaktyei la.



Sekrenyi

Sekhrenyi aide
Angami me hengyi
kemlang ge Kena
kei zienkaiemengei
benai hengyi la. Aide
tei kemci nggi ge.
Cine Sekrenyi benai
renamme tekwa



teimci kelu chai mipeidung tekwa be gaze ratak duipia teila. Aipau duipia dechai pheu nah mateei manei piagi kedi rehi gela. Tekwa be gaze duitwak teugwang lu eh mipeina nyia gage kezinzwa gai eh teimci kedi teila. Mipuina liede zautau teu peki chiangdi gage ruigai zie icu eh kitei kemci ta teila. Ratak be teicang di eh ketaktyei nah ngngwa nlwang kecu teila.



Chega-Gadi

Aipau nggi ze Liangmai me Hezui kei 31st benai hengyi la. Mina ze peu lungyi lu kerane makau ghi nleu eh pendeu teila. Aipau chai renamme pe-maa teilwe luh gamie lwe sah eh Tebai Bailo aide

chai makau nede penui luhbe gaze tet dilo gwa gaila. Chega - Gadi kesangsiak bechai hena meze kai heci pwa kepeu nah naurang ting. Naurang teipwa kebam me hegwale mie ketket lung ci nah relei mene malang pung kelade mzi tyeila. Mteina ketaktyei nah kelak kembau kecu pelam rip ze teila.

Samkieh

- | | |
|------------------|----------------------------|
| 1. Luhlüt | - rechittsi. |
| 2. Hebeu | - hesang teu tedpe. |
| 3. Heleuh kegi | - heta leuh kemrok. |
| 4. Herui | - miwhui. |
| 5. Teikemci rabe | - Tinggwang gu rezie gene. |
| 6. Hengyi | - makwang nyi ketei. |
| 7. Mateei manei | - hera rit. |
| 8. Pheu | - ngim kemak. |
| 9. Teikemci | - mirasie ge teu kemcibe. |
| 10. Ratak | - renetnei ketei. |

TEIKERELI

A. Kepeibe gade samkieh kenzwabe teu samriah aidung nzwa tei dai lu.

1. Mage teikecu mede kemci mege. _____.
2. Petsileuh lingkegai mede kideube gade mabang lungcu kecu/ matsileuh keeling zai. _____
3. Tingba kenlang ge mede heta tei kela gade pet-ing ge riet ntsam kelu, kwangyi ngui nah ketak-tyei. _____
4. Samkak keluge tei eh teu ncüt ke-beu. _____
5. Mahei delwe kebam mede teilung be ga hengyi ke-bam. _____
6. Teikecu mede ngkingke kelu. _____

B. Heleuh gage pe ngyi dung keuncüt gailu:

Heleuh

Yimchunger
Lotha
Konyak
Kuki
Liangmai
Angami

Hengyi

Chega – Gadi
Sekrenyi
Aoleang Monyu
Metümnyo
Mimkut
Tokhu Emong

C. Peupwa kebam keteu kegaidung keli gailu:

1. Daipai hengyi cudau rehu, hekatei, heliketei, hebeu tei cudung kam lano?
2. Daitei Aoleang Monyu nnei lano? Kebei ze dai rehi liela no?
3. Daitei cune Metümnyo hengyi cudau ngiena dung pekemlang bam no?
4. Dainzwa eh Sekrenyi hengyi cudau Angami me penui ze tei mci lano?
5. Nagame hengyi cudau hena meze kaiheci pwa kepeu nah naurang teila no? Dainzwa hengyi dau naurang teipwa kebam me kelungci hemi lula no?
6. Daitei eh Kuki me Mimkut nnei la no?
7. Nagame hengyi herok gage tei kela kenzwa kena raugai lu?

D. Samli gage keyi giak riet gailu:

1. Kuki me nlum kela penui lungkela kesangbe au
(a) hegung ga (b) hetialwa ga (c) kideu kang
(d) kereuki kung.
2. Dai ngyi zi luhlüt chai kemak no?
(a) Sekrenyi (b) Tokhu Emong (c) Aoleang Monyu
(d) Metümnyo
3. Sekhrenyi tingdau ratak duipia teipwa
(a) Luhlüt chai anuipum tei kemci.
(b) Herakesia bedede gwagi kedi.
(c) Pheu nah mateei manei piagi kedi.
(d) Keyi rabe Wangwan ze qula.
4. Aipau tingdau hemeukang mengei mede herok pwa peula.
(a) Metümnyo.
(b) Tokhu Emong.
(c) Aoleang Monyu.
(d) Sekrenyi.
5. Tokhu Emong tingdau hemeukang peula.
(a) Zangna nah pekibaume kaktei ntip nah ngngwa sia kelaze nsungta dila.
(b) Ngiena ze herui kepeu gaze.
(c) Thilha rabe suiyei ketei.

6. 'Tebai Bailo' ze sah pwa.

- (a) Mina ze luhbe gaze nzia lulo.
- (b) Chega-Gadi ndeu kerane reci kegai.
- (c) Naugang kak ga ngngwa keyi.
- (d) Makaunedung ze luhbe gade kegua.

E. Pekang table be ga peupwa kebam hengyi tingba zi rau gailu.

Hengyi zi	Dai dau nnei la no?
Metümnyo	
Mimkut	
Aoleang Monyu	
Tokhu Emong	
Sekrenyi	
Chega-Gadi	

F. Kepeikwak gade ngau kelu samkieh ket teu pekang ga keteu kegai samli peulu.

- 1. Luulüt kelu cai hengyi kela zi. _____
- 2. Tei kemci ngyi. _____
- 3. Heleuh ling gai kelu cai hengyi kela. _____
- 4. Mina lungyi lu kera ne ratak tei kegai ngyi ndeu kela. _____

G. Cet nah samli dung:

Hangna mede pebau tei eh bam lu nah keteu kegai ze mpau ncüt lu.

- (a) Magaze hengyi ket paube gage nnui ze gwang lulo qu gai chai nang aipau kepei ze pei lude nang dai ze kedet lai nah dai ziemne?
- (b) Daitei ndaa Nagamedung ratak teikie nah mapwa pe Ting-gwang ze kepeu tei lano?

Kepei 4

Nagaland Ga Dai Nzwa Heleuh Zi Mtak Lu No - II

Kepei kahkegaidung:

1. Naga leuhdung ketsamtsam zi nah pedeuket pebung dung cilu.
2. Nagame rasamdung cilu.
3. Kepeibe peisiak de nah pekieh cisiak delu.
4. Kerau nah kerangzai peupwa kebam de ci eh nzui lu.
5. Heletkie kehecidung cilu.
6. Nleuhme sie rünne mene heleuh kedame siede pei nah perehi ci eh hetwa peulu.

6. Yimchunger

Ndaa sina kena mmi kekie ge lamna ladi. Penai ketket ze ngaulu mene suisiet tingba kekie nggwang di. Dede naige tingtie pei kela ziehi ze teibeu nah aipau nai penui suiyei sūt eh ngngwa ket tei dailu. Penui suiyei sūt kedi gaze renamtum lu nah pezi mtak pwa Yimchunger Awün ntak lu. Swarai (prefix) Yimkhiung pekieh chai pei nah canglu cairei (suffix) Awün kieh chai namgwa. Samtie kena kieh bechai namgwa mede namsang gaze sina gwang kerengau dai kelu. Hezi Yimchunger ze kecu ndaa sorkari be teu la dede heleuh bezi kesangbe au Yimchunger zela.



7. Zeliang

Zeliang ze kecu ga mina hema kenala, Zeme nah Liangmai. Penai au Nagaland deuceu Peren District be gaze deuket me tei eh lungbam. Ndaa Naga Hill district bega Deputy Commissioner tei kegwang C.R. Pawsey ne Keram kei 1943 bekum hema kena ze pwa Naga leuh be ge gaze Zeliang ze teilu. Ainzwa eh penai zi ntak lu.



8. Angami

Angami hema rang ndi kegai de Tenyimie de qu la icu de penui lung kegwang au vadio. Hezi Angami aide ketsam tsam gade gwang. Paumai me rang kela Ngami pekieh “Mina pesap keyi me ge” Moa me de Ngami de qu la dede penui let ga de cai “Tenyimie au sum ga me.” Khezha me penui de Anga de qu la pekieh cai “Mina mtei ku ngau kelu be” Iciude cu teu kebam Angami aidi British mene penui de qu bam kela rehi gade mteibena teu kecu tei dida.

9. Chang

Chang leuhme nlum kela penui tsingbang bangdi Changnyu gaze lunggwang liela. Cide nrimbang nah kehei lam dede ngau lula. Keda ria gaze Chang zi kesangbe ze rangla. Aipau riabe gaze rang kela chai samtie Chang ze kecu ze samtie Changennyu gaze gwang pekieh chai “sap tietau” mede “twakenggwa gaze hutube” Rang kela kedage chai Changme naimik kepet lede gwang liela. Samtie “Changbou ae” aize naimik kepet saulia dela cine penui ze pwane Chang ze qudi.



10. Chakhesang

“Chakhesang” pezi kentakzai chai raitube heleuh kecum zi gaze kedetlu cize chai Cha ze cu Chokri, Khe ze cu Khezha (Kuzha) nah Sang decu Sangtam. Heleuh kemlang kecum ncütlwe penui ze Chakhesang qulu. Chakhesang Naga leuhme au helet ketsamtsam rangla. Chokri, Khezha (Kuzha) Poüme, Sümi, Sangtam nah Rengma let dung.

Samkieh

1. Swarai : Samtiedung ge nang samtie rau kend eu swa kaisi kegai.
2. Cairei : Samtiedung ge nang samtie rangcang kelu chai kaisi kegai.
3. Deuketna : Lungbam mui kecu, mina lungbam kedi hebam.
4. Kelungmedung : Heni gega lung kebam mina.
5. Helet ketsamtsam : Helet kena nreu kerang.
6. Zi kemtak zai : Tei mede madungzi kepei.

TEIKERELI

A. Keketeu keli gailu:

1. Daidau nah caune Zeme nah Liangmai ze pwane Naga leuh be gaze Zeliang ze teibeu no?
2. Yimkhiung Awün ze pekieh dai no? Dainzwa aize pet di no?
3. Angami zi dai nzwa pet ti no?
4. Samtie Chakhesang ze teikelu ranggai lu nah penui rang kela letdung.
5. Rau gailu Chang me nlum kela ketsamtsam dung dele penui leuh zi teilu ni?

B. Kemrwadung teiphui gailu.

1. Chang leuh me lung kegwang tsingbang be zi _____.
2. Chakhesang aide heleuh kemlang _____ le teilu.
3. Zeliang ze kecu ga hema kena la _____ nah _____.
4. Yimchunger leuh me zi kieh au _____.
5. Meitei me Samkieh gage Angami de kecu _____ mede _____.

C. Keuncüt gailu.

A

1. Yimchunger
2. Zeliang
3. Angami
4. Chang
5. Chakhesang

B

Peren District.
Sap tietau mede twakenggwa
gaze hutube
Helet ketsamtsam rangla
Yimkhiung Awün
Maleu tei lu kebui mina

D. Kepeibe gade samkie ge keu mpet lu, cide cai

- a) Mina de teu kehekwa _____
- b) Petai twa kenggwadung swa tie ki _____
- c) Pendeu gade chu kechang _____
- d) Nkecetdung ge rang kegai mede teikegai

E. Keteiliabe samkieh pei kegai dau nang siu tau kelube riet
ngngwa gai lu.

F. Peupwa kebam heleuh zi dung de samkieh pekang ga kebam

Teikelu	Ncüt	Mtei
Puisau	Pegeu	Keulu
Pekencam	cuting	Ziehi
Suiyi	Tsam	Makedi

ga de pei lu.

G. Nleuhme gu kemak kedame gu kepei ket kedet lu eh penui

Chakhesang, Chang, Zeliang, Yimkhiung

C	H	A	K	H	E	S	C	A	N
Y	O	E	E	D	G	K	H	L	V
C	H	A	K	H	E	S	A	N	G
W	Q	Z	G	B	V	X	N	A	E
Z	Z	E	L	I	A	N	G	E	C
W	I	E	U	P	X	B	D	H	B
Y	U	K	J	L	G	F	D	S	T
Y	I	M	K	H	I	U	N	G	G

leuh megu nsui tube rau gailu saulia (eg). taktyei, paiheni,
nggwa, samtie riaksena gaze hai (100-150) kak ga raulu.
Nang pemie de herhi lu delwe nkecet ranglia beulu.

Kepei 5

NGHIM NAH TANGKUI (NAGAME RASAM)

Kepei kahkegaidung:

1. Kepeibe peisiak de nah pekieh cisiak delu.
2. Samciudung cilu nah cide teu samriah teilu.
3. Hemaabe ngngwa heta ketei dau makerang nah kekingnei ciam keteu lu.
4. Kerau nah kerang zai peupwa kebam de ci eh nzui lu.
5. Pe rasam rehi gaze keketeu keli beulu
6. Nagame rasam cilu
7. Rang kechai keraciam ci silu.

Ndaa zangna yisüt kecu hangna bam lalie. Tangkui penai Nghim. Naige penai herakesia ngkiengsüt kecu Temi ze tei kera mpaulu. Mpui ki gaze penai zangmedung ge zede redau lu. Cidau ze Hetumba, Tsinglwa nah Tangkum. Penui hang mengueu tingmui Temi kiga mie canglu dede pa kilung ga bamma. Penui ziuyi ngaulu eh penui tet nswa kilung ga lüt kimiak ke tsamtsam ga mbailu.

Nghim be zeu ga mbai lu nah Tangkui petai ga bamlu. Tangkum mimang ga mbai lu. Tsinglwa kikampeu ga bam kera teilu nah Hetumba kikam taiga bamlu. Temi kilung kegwang dau muisum di. Mui kedine pa jüza zeube ga gwang. Pa zeumie gai herizi Nghim ne pecu tau. Temi nra gai eh nreu gwang, dede Tangkui zeutu kedale kebam ne pecu ngkeu dai. Cidau Temi teeisüt di.



Tingmui mangau kemak ne daipaine pecu tei bi cilu ma. Cine Temi mitei mbaa kerane mimang gage pakgai. Pa mitei mbaa gai ge Tangkum pwakpet eh Temi mik kemaiddi. Pa mangau tadi. Temi pak kikam lepet ge reneu gai eh Hetumba bega kaumie. Iciu eh pecu kideu gage keceu. Tsinglwa kikam peu ga mbai bam eh nsau nghung Temi de dap.

Temi cika ze caidi. Cine ma hebwak si tadi. Temi cit gaze ci kelu magade zangname ngngwa ket teilu dicai ngaaurau ngkieng tume dede ngam lula, mede teilungbe ga ma kenaang leuga dede ngkieng lula.

Samkieh.

- | | | |
|-------------|---|----------------------------------|
| 1. Tei | - | tei kecu. |
| 2. Ziuyi | - | Mage tei kera ngau kelu. |
| 3. Nswa | - | puisau ge gage tet kegai. |
| 4. Tau | - | Nghim mui kenzau gele tau. |
| 5. Ketketei | - | hemaa ge ngngwa ketketei. |
| 6. Nkeu | - | makaune nkeu eh teei zette kecu. |
| 7. Pwak | - | pang pet kegai. |
| 8. Dap | - | mage ze dap kecu. |

TEIKERELI

A. Keketeu dung keli gailu:

1. Naige Nghim penai Tangkui daitei kera mpau luno?
2. Penui hangcum cau gamme Nghim penai Tangkui ze ngngwa silu no?
3. Penui daidai ga mbai no?
4. Temi kilung gwang ge gwang daitei no?
5. Mimang be gaze Temi ze daitei dibi raugai lu.
6. Nang n kecet gaze Nghim penai Tangkui penai zangme nga teu mene Temi ze tei zielie kelaze tei lubui ni? N kecet peu gailu.
7. "Tangkui penai Nghim" rasam be gaze nang daizai ge cilu no?

B. Nang madaunge midung ge nga teu eh nkenang dung kezeu mai kesia tingdau lani? Aipau de samdum ge raugai lu.

C. Kemrwadung teipui lu:

1. Nghim au Tangkui bede _____.
2. Temi be au _____.
3. Nghim penai Tangkui naige tei kera mpau kelu _____.
4. Temi mitei mbaa gai ge Tangkum pwakpet gai pecu teidi _____.
5. Magaze zangna me ket tei lu chai penui ngam luzie ngkieng tube _____.

D. Petaube gage keuncüt gailu:

A

1. Tangkum
2. Tsinglwa
3. Tangkui
4. Hetumba
5. Nghim

B

- a) tau
- b) dap
- c) pwak
- d) nkeu
- e) pang

E. Project taa.

Herasamge kedetlu, raulu, delwe nnuibung gade herasam be siaklu.

Saulia:

- Nnuibung gade kikiak kenzwa medung de peu keteiliabe de hema nzi lu, kikiak ngwa eh lung kebam me chute kelu cai bam ncüt lu eh herasam be siak lu.
 - Hema ket ket lei de penui herasam rau nah siak kelu de tei lia dai zie, icui eh hema leuh ne de herasam dum ge au siak kecu teizie.
 - Keteiliabe kepeimena de dai nzwa herasambe rangdai zie bi kecu ranglia beu zie.
1. Perasambe pendeu, sum nah kekam ga kechang zie.
 2. Herasam siak kebam dau kepeimena leune de pebung me de pie bam zie.
 3. Marang kebam dau nlaikie lak nah ngngwa kelio kecu tei lak.
 4. Penui rang nzet sÜt telak nah rang nneu delak.
 5. Penui rang sa sÜt lak nah rang hena süt delak.
- Msang zede peu herasam dum ge au ranglu.

F. Taatei : Pekang ga mpau kerasam dung ge bam, kepeimena de hema tei lu eh rang kerabe kedet lu eh pezang me de keteu kecu peu tei lu.

Taktyei 1.Nang daityei neu tu la no? 2.Daitei tyei neu la no? 3.Daidau matyei la no? 4.Piadai kiego tyei la no?	Nggwa 1.Nang ngngwa neu tube dai ngngwa no? 2.Cau de kangzang ngngwa neu no? 3.Dai nzwa ngngwa lai? 4.Cau ne ncu ngngwa lia no?	Zangme 1.Nzang na yitube cau no? 2.Nzangbe ki ga pia dai kie ge mie la no? 3.Nzangbe dai ga lung bam no? 4.Dai nzwa nzangbe ncu ngha no?
Kemnatingba 1.Dai dau ncu nna no? 2.Dai nzwa nang nnei la no? 3.Ncu kemnatingba benai nang dai ngau lu neu tu no? 4.Ncu kemnatingba benai daigi lang tyei neu no?	Pehi 1.Dai pau hi de nsui tu no? 2.Dai tei cu ne nsui yi la no? 3.Aipau tingdau dai tei la no? 4.Aipau ting dau dai nyia teu neu tu no?	Makaune 1.Dai kaune nsui tu no? 2.Dai tei cu ne nsui yi no? 3.Pa Dai ga lung la no? 4.Dai pai tyei la no?

Kepei 6

NAGALAND GA HENGYIDUNG - II

Kepei kahkegaidung:

1. Nleuh me hengyi kela nah pe kemlang dung cilu.
2. Heleuh kedame hengyi kela cilu nah penui dage nsui keyi lialu.
3. Helet kie keheci cilu, samdui nah samriah teu nkatei samriah teigai lu.
4. Kepeibe peisiak delu nah pekieh cisiak delu.
5. Nkatei nlet gaze rau nah rang kecu cilu.
6. Saulia peupwa kebam nzui eh kerau nah kerang rehi cilu.

Nagaland ze hengyi deu lie qula. Nagaland ga heleuh leune de pe katei pegu hengyi ge bamkap. Hengyi kekue ge heta ketaa riale ngngei kie la kedanemene ndaame heta ketaa le pwane nlangtube tei kegwang ne.

Teibam kela renetme nah ratak teipwa Rampaube ze hengyi dau peula. Aipau tingdau ketaktyei nah renga eh peting nggwang la.

Moatsü

Moatsü au Ao leuh me gu hengyi kemlang ge. Heta leuh kai kedi chai Kepeu kei lang nane benai hengyi la. Hengyi kecu kielang be au luhlüt keyi ngau lu kerane Rampaube daze samlam kiela. Aipau



tingdau hetaleuh kailwe heta gade mtak kebam ne kenreu ting. Mipeina nah mipuina paupai net keyi kai lu eh nggwa ketsamtsam teila. Penui helimlim, leitei, kiriangteu nah ketaktyei nah mimang bam tegwa lu eh zausak la.



Mongmong

Mongmong au Sangtam me gu hengyi kemlang ge. Aide Hecet kei lang cumne benai hengyi la. Mongmong pekieh “kelungta ngngwa ket ketei” Aipau hengyi de nneikelaauangkientube Lijaba (Hera) dade pe

samlam ngau lu eh luhlüt keyi nah lung keyi ngaulu kerane. Kelak leune de “Meüsü yantüp” de nnei kelu chaine hengyibe ndeu la. Tangtsu kecum pwa malangki sum gage kai lwe ratak teigai la. (aide Lijaba kebam rehi teila). Tak nah hereizau tangtsu gage kaigai eh ratak teila. Aiciu kelu chaine ketaktyei nah renga ndeula.

Bushu or Bishu

Bushu mede Bishu aide Kachari me hengyi mlangtu ge. Aide mmi nsangne Keriekeizienkaiesena (27) dau nnei la. ‘Bi’ pekieh kiezie nah ‘Shu’ chai kezuyi peulo kekie. Aide luhlüt chai hengyi nah



peset kecum tei hengyi la. Keraibe Busu Jidap pechai be Suren nah kamtube Hangseu Busu. Phangsla aide kebeitei hezuyi kelu bene pwa renam nlüt kera kirie teila. Herie lungle nlüt gaisiak de paupai lei, helim nah paupai nggwa tei ncu redau zie. Hengyi tingdau hezu keyi nrina nah nsum dap eh hengyi nneila.



Mileingi

Zeme Mileingyi aide mize teikemci ngyi ge. Aide Kezing kei ziangreieket (11) benai hengyi la. Mi teu cu kemlang ge. Rehangki be gaze rehang kemci gene milei teula. Hengyi tingcang di kemak tane peu mimmüt dila ma. Hengyi lang pe kena

benai cang di kemak ta mipui mipei micah tsam eh malang tyei kela hengyi zaige. Mileingyi aide ratak teipwa Rampaube ze peu delwe Zeme peide teingkieng nah tei ngkuu beulo kie la iciu eh peu ngauraume daze nah teikuu daze peleuh meze gum lu kerane. Hengyi pkena benai ne hengyi taktyei tyei nah mipui ze nnggwa hengyi ncüt la.

Monyiü

Monyiü aize Keram kei naige benai Phom me hengyi la. Aide mmi keheci ngyi ge. Hengyi kela aide mipui de kehung nah herüt kepeu gaze hengyi la. Aipau



tingdau mipei kibaume hemeu meu kela petime nah pena pui meze ketyei kesak yitube pwa peula. Mteina taktyei, leitei nah helimlim nah kecingme de ketyei, kesak hangge ge gu tyei delwe hengyi kekam be tei lula.

Samkieh

1. Naurang ----- henau keketeu
2. Maadi taktyei ----- mtei taktyei
3. Gihatyei ----- gi kaketei
4. Mapeu ----- mize ma peu kecu
5. Teimci ----- matei kemci

TEIKERELI

A. Peleuh be hengyi gage riet ncüt gailu.

Peleuh	Hengyi
Ao	Monyü
Kachari	Moatsü
Phom	Bushu
Zeme	Mileingi
Sangtam	Mongmong

B. Peupwa kebam keketeu dung keli gailu:

1. Nagame hengyi daize mipui ziemne no? Dainzwa mipei pe kebung nah kerüt pwa mipui ze liala no?
2. Mileingyi tingdau mi pe kemlang daino?
3. Ao leuhme hengyi mlangtube dai ze no? Daitei cize nnei lano?
4. Pezi 'Mongmong' pekieh daino? Daitei cize nnei lano?
5. Pezi Bishu sap daino? Aipau tingdau dai kenzwa leinyia dung koa lano?

C. Kepeibe peilu eh peupwa kebam samriah teipui gailu:

1. Müsüyangtüp reca ratak teipwa

2. Bushu hengyi tingdau Phansla au
.....
3. Mileingyi tingdau milei teu eh mitei keluze peu
.....
4. Monyü tingdau Phom me mipei
.....
5. Moatsü au kenreu nah kerenga ting.....
.....

D. Cet nah kerau.

- i. Nang daicet no Nagame hengyi kecu heta ketaa gage ncüt kebam?
- ii. Monyü hengyi dau Phom me mipui ze kehung nah herüt kepeu penui aiciu kecu nang dai cet no?

E. Hengyi ne kelak, mizangme, mikibaume de teu kekokbeu la, Christmas ngyi anui pelane de hengyi la. Christmas tsingbang mie heri gailu. Nsuibe Christmas poa nah pegiak püt eh tei hezuyi lu.

F. Hengyi dau nsui kela dung rang eh mpau lu. Pekang ga peup-wa kebam dung nzwa eh ket ket dage keteu lu.

1. Daidau nnui gu hengyi la no?
2. Daide le be nang nsuitu la no?
3. Dai gade mie renga-a lau no?
4. Hengyi dau ziemne dai gi de lang hemi nzeu no?
5. Nang de helim nah lei ketei ga ngwa zie ni?

Kepei 7

Nagaland Ga Dai Nzwa Heleuh Zi Mtak Lu No - III

Kak kegaidung cilu:

1. Naga leuhdung ketsamtsam zi nah pedeudel hebamdung ci rabe.
2. Nagame rasamdung ci rabe.
3. Kepeibe peisiak de nah pekieh cisiak rabe.
4. Kerau nah kerangzai peupwa kebam ze ci eh nzuilu.
5. Helet kie kehecidung cilu.
6. Nleuhme sie rünne mene heleuh kedame siede pei nah pere hi ci eh hetwa peulu.

11. Kachari

Kachari me penui leuh zi makie kecum gaze ci lula. Keraibe herasam rang kela Kachari leuh mege kideu peimie Brahmaputra penai Koshi kak ga lung liela. Nepalime ne aipau cuikui dele pwane Kachar ze qula nah aipau leuh meze Kachari ze qudi liela.

Pe kenabe chai J.D. Anderson rang kecu Kachari zi aize Koch gaze pet. North Bengal hegwang mede Koch ze rang keda la. Assam me rang kela penui koa zai gaze Koss dela nah Assamese me Kacharis meze Kossari ze rangla.



Pe kecumbe chai N.K. Burman rang kegai naimik kepet cuikui ze pwane Epic kedige ze rangla. Mahabharata nah Kachcha dede qula. Aipau samtie kieh be chai cuikui be duidi ne tung nah tangtsu lamlwadung ne twagua pwakebam. Ndaa lungkebam medung Kachchari mede Kacharis ze qula.

12. Khamniungan

Khamniungan leuh me namdung au kentwa ge penui au India nah Myanmar deuluangria ga lungbam. “Khamniungan” au samtie kecum keu ncüt keluge. Kham pekieh dui, niu pekieh di nah ngam pekieh bang.

Cine Khamniungan pekieh chai duidibang mede kereuki. Penui deulung ga kereuki ditube Laang de rang keda gai aize lwapwa Myanmar deu Chindwin reu cangbam. Khamniungan deu gaze Laang reuki aize mlangtube ge.



13. Pochury

Pochury zi samtie kecum gaze gwang. Po chai Sapo gaze, Chu chai Küchury gaze nah Ry au samtie Khwiry gaze. Aipau hema kecum ze culung kebam Pochury deuga perehi ketsamtsam tei delwe Mynmar gaze lunggwang. Mmi kie kemak ge chai hema kecum aize ket teilu delwe Naga leuh gaze heleuh kemlang ge teilu. Sapo mechai Shaphongri nam gaze lunggwang. Küchury maa mechai Nagaland tingpitingbang (cu Myanmar gaze lunggwang nah Khwiry maa mechchai Nagaland tingbang gaze gwang aize cu Myanmar kangga bam.

14. Rengma

Rengma me leuh gu pezi nah deuket ha misui yisüt cuge.

Penui let gaze penui ze Nzonyu ze qula. Nzon pekieh mige nah Nyu pekieh mina cine Nzonyu pekieh Leuhme. Nzon Tebizu heleuh be kak ze mlangsüt kecu mege cine pezi le pwane heleuh be zi teilu. Pa renam ge Terogvü lamlwa gage tum lu cipau namzi Tegibuphen teilu.

Iciu liede samtie Rengma ze kecu nning kemak ge gaze gwanglu. Mmi kie kemak ge chai kehame Assam deuga hang Ahom hegwangpei ze

redau neudi. Dede hegwangpei bemie mene pereugwame ge Keyhon ze pe-nding gaze langgai. Keyhon paupai nyia keyileu kai hemisang luge kehame cet kecu herabe ge ha nning di. Pa pesam rangkeswabe daze herabe nzwa kelabe daze samtie keteu gai nah pa samli ngau kelu Rema. Ngngwa kempau kesap aize gaze kehame ne penui leuh meze Rema mede Rengma ze penui zi peu.



15. Sömi

Penui zi kesangbe pei kempet gaze rangkela Sömi ga kietu. Pezi Sömi ze kecu Angami gu kau “se” pekieh kecum ze kecu gaze petdi ha nlum la. Aide Angami, Chakhesang nah Sömi penui mihangge na nah Khezhakenoma ga lung nlüt lie perasam rangla. Sömi henatube. Ndaa Sömi mede Sema ze qula pekieh chai pe kecumbe na.

Iciu liede kedaria gaze rangsi kela samtie Sümi aize renam teilu raitube zi nah penui nam zi chai Swemi ze qula. Henai aide ze Sümi ze qubam.

Pekieh pe kecum be chai Sümi aide ndaa me süpu dede qula.

Pemdai be rang kela samtie aide sina hangnazi gaze ku mpet liela. Tukumi na Suwumi. Kehame penui zi swemi ze teula iciu eh teimdui pwa Sema teidi delwe teu la eh mmicang eh haihekui eh riakhekui kena (1992) bekum gaze Sümi teudi kera kedilu.



Ao

Chu Mokokchung District de Ao me deu da. Ao me de Naga gu kelak ge, hema kena Junglir nah Mongsener bam. Ndaa de Junglir nah Mongsener penai nzang lung la, dede penai lung kegwang ha nah pezi be cam.

Junglir: Junglir me nlum nah rang kela penui au lungtrok tangtsu gade npet lie la, ai de Jungliymti ga bam. Penui pauchana tei la nah teilung keyi lung la cine penui de Junglir de qu la.

Mongsener: Mongsener me au South East Asia, Irrawady nah Chindwin reuki kahgwang

Jungliymti ga lung di lie la. Mongsener samkieh ai de Putu Menden peupeu zai ga de keu mpet lu. Putu Menden peupeu me hebahm releu eh bam la, cine Mongsen kieh be lie cai Putu Menden releu eh bam Jüza kera.

Junglir nah Mongsener mede penui gu tattoos, penyia, taktyei, pellet nah tei mzai kela paupai zaisie dung gade ci cam lu la.

“Aor” zi pekieh lie cai Dikhu reuki tet ka gwang kedi mede gwangdi mede gwang de kecu gade keu bam la.

Samkieh

- | | |
|----------------|--|
| 1. Epic | - leipwak ketie ge. |
| 2. Rasam | - paupai rasam. |
| 3. Tumkelu | - ndeu kelu. |
| 4. Deulung | - Bamgega lung kebamme dung. |
| 5. Lunggwang | - hebeu tei hebam kecam gaze lung kegwang. |
| 6. Peleuhme | - periaperui pehik me. |
| 7. Hegwangria | - Heywang hik me |
| 8. Sampauswabe | - mige kedame let gaze samrangswa kecu ta keteime. |
| 9. Mpaukesap | - madung ge cisi kelu. |
| 10. Samtie | - ketie kedui sam pendeu dung. |
| 11. Teijüza | - Ntakti mene ketei |

TEIKERELI

A. Peupwa kebam keketeu dung keli gailu:

1. Kachari leuh mezi pei kempet pekieh ketsamtsam kecum raugai lu.
2. Samtie Khamniungan de kelu kieh daino? Dai ze rang keda no?
3. Pochury leuh me culung kebam deu bega lung kegwang kena ke cum zi raugai lu. Dai gaze penui lunggwang ncüt lu eh Pochury leuh tei luno?
4. Rengma leuh gu deuket ha kieh na raugai lu.
5. Sümi leuh gu sina hangcum ha kieh raugai lu.
6. Junglir nah Mongsener gu pekieh singbe rau gai lu.

B. Kemrwadung teipui gailu:

1. Nzon Tezibu renam ge Terogvü lamlwa gaze tumlu penam zi _____ teilu.
2. Pochury zi samtiedung _____ gaze gwang.
3. Khamniungan namdung au kentwa ge penui deuluangria _____ nah _____ lungga bam.
4. Kachari me penui leuh zi makie _____ gaze cilu la.

5. Pezi Sümi ze kecu Angami kau _____ pekieh kecum gaze petlie nlum la.
6. “Aor” au _____ nah _____ lie rang la.

C. Keuncüt gailu:

A

1. Kachari
2. Khamniungan
3. Sümi
4. Pochury
5. Rengma
6. “Aor”

B

- Cuikui be duidi ne tung nah tangtsu lamlwa dungne pezu tei
- Pe kesangbe kieh mdai
- Myanmar nah India gaze ngau lubui
- Nzon mina
- Pekieh duidi mede kereuki.
- Tetkah gwang

D. Nleuh megu kemak kedame gu kepei kwak ket kedet lu eh pe-nui leuh megu nsui tube raugai lu. Saulia (Eg). taktyei, paiheni, nggwa. Samtie riaksena gaze hai (100-150) kak ga raulu. Nang pemie de heri lu delwe nkecet ranglia beulu.

E. Samkieh petau be kedet lwe rau gai lu.

1. Kebui /Hebui _____
2. Hwak/Dwak _____
3. Hak/Hiak _____
4. Ri-mmie/Re-mmie _____
5. Renyiak/Renyia _____
6. Aor/Ao _____

Kepei 8

NAGALAND GA HENGYIDUNG - III

Kepei kahkegaidung:

1. Nleuh me hengyi kela nah pe kemlang dung ci rabe.
2. Heleuh kedame hengyi kela cilu nah penui dage nsui keyi lialu.
3. Helet kie keheci cilu, samdui nah samriah teu nkatei samriah teigai lu.
4. Kepeibe peisiak delu nah pekieh cisiak delu.
5. Nkatei nlet gaze rau nah rang kechai cilu.
6. Saulia beupwa kebam nzui eh kerau nah kerang rehi cilu.

Nagaland ze hengyi deu lie qula. Nagaland ga heleuh leune de pe katei pegu hengyi ge bamkap. Hengyi kekie ge heta ketaa riale nngnei kie la kedanemene ndaame heta ketaa le pwane nlangtube tei kegwang ne.

Teibam kela renetme nah ratak teipwa Rampaube ze hengyi dau peula. Aipau tingdau ketaktyei nah renga eh peting nggwang la.

Naknyulüm

Noknyulüm au Chang me ngyi ge Ndi kei zie camreieket (31) benai nnei la. Naknyulüm ngyi kieh chai kebaane kemui be ze ngam kelu. Chang me nlum kela ndaa piage kideu beze kemui ne gumbing pwa di eh ma gede tei lu tadi. Aiciu kebam dau mina ne heradi pemi kena kebam gede ghicet dige kemui be gadi liela. Iciu eh penui kemui



reu ngkieng kelu nah tinggim kebam Tingwang ze ketwa kepeu ta tei eh Chang me Naknyulüm aize hengyi la. Hengyi keda nzwa eh paupai nggwa tei nah taktyei teu ketaktyei eh suiyei ting nggwang la. Iciu liede aipau ngyi ga helimlim lama.



Ngada

Ngada aide Rengma me Lütüdi kei zie nkaiehekui 29th benai hengyi la. Hengyi aide luhlüt kelu chai nela. Hengyi ting chai lang

teset nela. Tingnai ge petingriet ntsam lwe zau ketau, herau tei kemci nah taktyei pwa kecai ze kensung tingba ge nneila. Duipia, painyia heta mci nah Hegibei teimci, ketaktyei, helimlim nah paiheni keyi kai lwe pezangme kiangki ga mie suiyei nzila. Lang pe teset benai pelane ngiyidi hengyi la. Rengma me nlum kela taktyei kelu chai tingkum be gade kecaime rabe dung renam gaze tetpwa heruimeram ga gwang dila liela.

Yemshe

Yemshe aide Pochury leuh me hengyi ditube. Aide Hecet kei lang mengeine benai hengyi la. Luhlüt swa hegnyi la. “Yimshe” pekieh chai kilung rim keyi mede kilung gade taktyei rim keyi kepet



dela. Teibam kela hengyi tie tau eh zienkaiekena hengyi la. Kamtu benai ne nlangtube teila. Aipau le pwane teikemci tingba dela. Yimshe au ketket mau kegi ting, zangna kehegwa ngngwa yidai kelu, zangna keheci ketei nah naurang de teila. Renamme kilwa, mpui, tekwa, luh nah ntakbam dung teimci la. Aide au heta keheci kereguyi ngyi ge.



Miu

Miu ngyi aide Khamniungan me pepau ne pecapui pecapeu ze ngngwa hengyi kela ngyi ge. Aipau ngyi ze Kepeu kei 5th benai hengyi la.

Pepau pecame dung ziemne Tinggwang daze kekie reca teibeu la. Pecapui nah pecapeu me penui pau kiga mie delwe penui mapeu paiheni, hekie nah taktyei dung peula. Hengyi aide gaze pecame nah petipui name ze ngngwa keriangkeu hemi kidai lula. Teibam kela ratak tei delwe ratak meukang pwa luh gage kai nah taktyei pwa Tinggwang ze peu gaila iciu eh Tinggwang samlam gaze penui luhlüt keyi ngaulu kerane.

Sökrönye

Chakhesang me Sökrönye Kerie kei ziangreiemengei dau hengyi la. Aide tei kemci ngyi ge. Ki chiangdi be gage makaune jai kezin gai eh hengyi ndeu lula. Dui hera di kemak swa tingcang nuuge duiwak gade mie mipuina mipeuna ratak duipia piala. Duitwak



teugwang kelu dele kemci ruirie langla. Nrui tei kai pwa mipeuna hename ze peula. Teikemci ratak rehi gaze malangki kilungnyia nah micadung keheci zie. Iciu de keda Nagame hengyi nzwa eh peram nggwa paupai lei, helim nah ketaktyei la.

Tuluni

Tuluni aide Sümi ngyi kemlang ge. Aide Ndi kei lang tesetne benai hengyi la. Taktyei kedi telei lu, herei zautau lu delwe manei gage kai lwe puatyei puasak la. Aipau herei zau ze pwane Tuluni ze qu la



cine hengyi zi zausak de teudi. Aipau tingdau naurang de teila. Hemeupui penaapei de matyei kera qu la nah kegwang me mapeu hemeukang nah tak teugwang la. Heta ketaa maame penui hengyi ncüt delwe hemeu tyei nah zausak eh ngngwa taktyei la. Iciu de cudau me au mteina pelane ngngwa hengyi ncüt kecu tei dida.

Samkieh

1. Hemeupui _____ minau tei rabepui.
2. Teikemci _____ mirasie ge teu kemcibe.
3. Hekualia _____ tingba rabelia.
4. Kezin _____ madui pwa nzin kegai.
5. Reca _____ ratak ketei.
6. Ratak _____ reca ketei sie.
7. Herei zau _____ zautau.
8. Kemci ruirie _____ Ruisangrie.

TEIKERELI

A. Peleuh be pe hengyi gage teu ncüt gailu.

Tribe

Sümi
Khamniungan
Rengma
Pochury
Chakhesang
Chang

Festival

Sökrönye
Tuluni
Yemshe
Ngada
Naknyulüm
Miu

B. Keketeu dung keli gailu:

1. Yemshe pekieh daino? Yemshe tingdau renamme daita dungge teila no?
2. Naknyulüm ngyi pekieh dailie lano?
3. Rengma me 'Ngada' lang tesetne hengyi la. Aipau lang tesetne tingba de penuhi dai tatei lano?
4. Sümi me Tuluni ngyi zi dai nzwa eh keu mpet no?
5. Chakhesang me Sökrönye ngyi dau mipuina mipeuna dai dui pia teila no?
6. Nang dai cino Miu ngyi aide pepau penai pecapui pecapeu ng ngwa riangkeu eh hengyi kela?

C. Kemrua dung gage sam pelaei bene teiphui gailu.

- i. Miu ngyi penai kak teintip lula.....
.....
- ii. Tuluni tingdau hemeupui
.....
.....qu gaila.
- iii. Sökrönye dau nruirie kemci langlwe mipeuna de peu eh.....
.....

iv. Yemshe au ketket mau kelunbeting, zangna kehegwa
ngngwa yidai kelu
.....

v. Ngada lang peteset benai renamme ngyidi hengyi la, aide
nlum.....
.....
.....

D. Cet lwe keli beulu:

1. Hengyi tingdau, Nagame keda meze ngngwa zangna ketei
gage pe kemlang peusüt. Nang daicet no daitei penui tei
labi?
2. Heleuh kedame nnui daze tsam nakke eh hengyi bam lubui.
Makie kena kedame leuh nnui daze tsam eh hengyi bam
kela raugai lu.

**E. Mipeina nah mipuina paupainet teu lwe hengyi kebam mie heri
gai lu.**

**F. Hornbill ngyi de hengyi eh heleuh pelane de teu ncÜt beu
la. Nzang me gede ngngwa lwe hornbill ngyi de mie pie kera
nning gai lu. Nnai dai tei zie bi riam eh mpau. Kempau ai nzwa.**

Kepeimena 1 : “I hornbill ngyi ga mie kera kwa gai kelak tei di da”

Kepeimena 2 : Yeo I bai

Kepeimena 3 : Anui mie lu de dai tei raitu lai?

Raukegai :- Keteiliabe kepeime maa kecum nzi lu. Kepeimena
saulia peupwa kebam de nzui eh kempau ndeu lu. Kepeimena
keheibe de piacum marang zie. Taatei ai de minute 5 ge tei zie.

Kepei 9

Hemaabe ngngwa heta ketei - Nagame zai keyi kaikediak

Kepei kahkegaidung:

1. Nagame keyidung cilu.
2. Mteina zai keyi ci kelu ze twalu nah kaidiak kebam ze tei reli lu.
3. Kepeibe peisiak ze nah pekieh cisiak zelu.
4. Kerau nah kerang zai peupwa kebam ze ci eh nzui lu.
5. Helet kie keheci dung cilu.
6. Kerau ciam ze teikereli gaze teilu.

Nagame nam leuga ndaa nah cudau liede tingbung bega penui kangbau tei hemisüt bamla. Renam ga mteina ta mileune de teila. Nagame nam leuga ketket ze riangkeu hemisüt pwabam la. Hemaabe ngngwa ncüt kebam kecet ze au mteina zai nah



kenlum ria gaze la. Nagame teibam kela ze au mteina ngngwa heta ketei paupaizai aide henai kechang de teu bam nah aize mteina zai tsamceu kecu ge. Nagame peteilung gaze pelane ze hungla.

Nagame da ndaa ze mtei ta ketei mtingsüt kecu gela. Mtei ta matei kenkap dungge midung geda daudi cai tingbung ga kelungme pelane gwang delwe matei nkap kedi kibaume ze kengha la.

Saulia ge magaze kige ru dichai, kelak keherei kebam ki meze hemaabe ne kengha la. Penui ze tak, paiheni, gili takli nah kilung nyia teu maikesia leu renam mene peula. Renamme rünne mene namda me liede keherei kebam mpau meze ci kecu me kengha beula. Renam gaze nlibe kimme ziemne au hepüt kerüt ge dida dede mteina heta ngngwa tei kebeu dau teicang zette lula. Ningtak ri pet ge hening sum kerane reli pai lwe luh gage sumgai la. Pempau be luh hegwet nggwet mie sum la. Peheu me nggwet eh naige hangge luh mie nah pechai benai keda ge luh mie daila. Ainzwa eh hening ketei ceheu ket chai ket eh tei jüza gwang kecu teibam.



Mteina ainzwa heta tei kebam au mabam da. Kengha eh heta tei kebam au tei nzet nah relui kila. Mteina ainzwa eh kelak nah zangna kak ngngwa keriangekeu ntip lula. Aipau reude heta tei kenri nah tei kehega lula. Heggwet kengngwa be kimme taktyei yitube langlwe heta keteime ze peu tyeila. Peting nai heta tei leu bam liede tinghegi gwang ge pegwetme renga eh ndeile hangge geze kerebeu la. Heta tei kenri nah kerenga peting kieke le hema peupeime nzangmie nah kenggwet gaze ngau lula. Nagame ndaa ze tei mzai kela renam ga kecingme, matei gailak kedime dung ze mteina ne pie rengei la. Penapei penapuidung



kebam me pe name kiga lung la, dede pena mipui rünne kecume penapui kiga mede penapui naapei kiga lungla. Ngiane, keswame nah kemie medung ze au mteina ne pie rengei la.

Nagame leuh pe kentsam nah kemlang dungge chai hemaabe lungning be nah teikerelui be mzai la nah mteina ne tiak kegaize nlibe ne teili lula ma.

Ndaa namtum tingdau nzwa henai kechang de Nagame nam leuga kedei pelane renam mteigu. Hegung liede renam mtei gu pe zaira tei teu lubui. Lamlwa taa kera ziemne hecum dai zam taa lai de renam ga kecingme ne reki lwe rangbeu la. Renam mtei hezam bilu delwe hetaleuh kai kera mtei lula. Pekiangme mede paucame nah kelak gage cutaa kera deu perai kai beula aiciu delwe mteina bega peupei leune de kideu penzi ngau kap lula.

Nagame mteina nlibe, hemaabe, pe kiangme nah renam teilung bede kemlang peu delwe mina ze kehung nah herüt gade sampet teibeu la. Cine hezai nah kemau ziehi kepeu pelane de mteina lungcet ze ngngei eh peula. Aide ne kenggi, ngngwa kesia, heneu herüt ketei, pe zaira ketei nah mize nneu nnyia kela dungde kam lula. Mteina hezai keyi teimzai bam kela dede hetwa peu nah teimzai bam lu chai tei ngga di mene bam luzie.

Samkieh:

1. Teibam kela : Mage balie pwa lungkeleu ceheu ze kepeu.
2. Pe kentsam : Yitsamceu mede mi kedame da pe kentsam kebam.
3. Ciclang kemakting : Peting ketie gwang kedi.
4. Matei kenkap : Madungge tei eh nkap sūt kedi.
5. Sampet : Rang kebeu.
6. Perai kai : Kideu raidung riet nzi kebeu.
7. Nneu ngnyia kemak : Petau kemak tatei kemak.
8. Luicang gai kelak : Pemi hungzu kecu.
9. Ndaa namtum : Paupaine renam tum kediak.

TEIKERELI

A. Koaciu chi kelu teu samriah be nkatei rau gailu.

1. Teibam kela
2. Ciclang kemakting
3. Matei kenkap
4. Perai kai
5. Sampet

B. Keketeu dung keli gailu.

1. Naga mede hema tei eh heta ketei lungcet kebam nang dainzwa cilu lai?
2. Mteina lungcet ze anui da kebam dai kemmi bamno?
3. Nagame lamlwa luh taa kerane dainzwa luhzam nzi lano?
4. Nleuh mteina tei bam kela taa saulia kera peugai lu.
5. Dainzwa eh tingbung be kecing meze pierengei lano?
6. Hening ketei dau dainzwa eh mteina kengha eh matei lano

C. Nagame mteina lungcet be rehi gaze peupwa kebam samdum ze petau mede petauma kecu peugai lu.

1. Nagame da matei kenkap kegwang dau pekibaume rünne kengha la. Petau/petaumak.
2. Mtei ziuyi ziemne ma kemlang be au nlibe kecet gaze mene he maabe ne teila. Petau/petaumak.
3. Mteina mtei gu ciu kai hekwa lu eh pelane de nzi nsam beu la. Petau/petaumak.
4. Hezai nah ahja teu petau teilu kerane kemau me ziehi mteina ne tiak beula. Petau/petaumak.
5. Mi nzwa cang kemak peupeu nggiane, lungkeswame, makegame nah kemiememe dungze au mteina ne kebazwa eh penui mapie beula. Petau/petaumak

D. Mteina lungcet nzwa nbung gaze de tei lubui maga ze kepeime hang gege kecu pebung me ziuyi cet eh teigai chai. Nbung gaze teilu kebui be gage keyigiak riet gailu:

1. Herabung pwamie tei mrua dilu. ()
2. Nbungme gwang kemak medage nang rau keludung nzilu. ()
3. Cau dung keraunyaia dung teugwang mebi cipau meze nzilu. ()
4. Manyia tei nga kedi nah ngau keludung teikeliame dage pau beulu.()
5. Nbung gaze bamtie kaira nah bamrak dung petau gage lamlui gailu.
6. Leisiki lungga hera kebam dung koi hekwa lu eh herabung gage tua gailu.
7. Nbungme kangge teikeliabe ledeu kegaidau madung ge pei cilu tadi chai pecu ngha lubui.
8. Nbungme mede pe kibaume naang bamchai nnui rangkang teu kela gaze ceuceuna ha hekwa lwe peu lubui.

9. Nnui bung muiceiki dung neu mcilu.
10. Leisiki gage tsingbang nah mapa sumlu.
11. Nbung tei hezuyi lu.
12. Nbung ga pezai kesiamе daze ceu nah kemnei mede gumlu.

E. Tei kera ta.

Nba kailwe pegiak ketei kerautie le pemie giak lu nah dainzwa nba mize ngha lula bi rau gailu.

F. Nzang me ge pei lu, kempau delwe dai nzwa hemaabe ketketde ngha lu bui bi kecu reki lu.

Kepei 10

NAGA DEUKETNA NGGWADUNG ZEME (ZELIANG)

Kepei kahkegaidung:

1. Naga deuketna nggwa kenzwabe dung dainzwa nggwa la bi kecu chilu.
2. Pemina nah deuketna nggwa kela pekeyidung chilu.
3. Kilwa kelungzai kenzwa bedung chilu.
4. Hleuhbe kakga pezai tsam kebamdung rang mriak kebeu tei lu.
5. Kepeibe peisiak de lu eh teikereli peu kegaidung de per-am rehi nzwa eh tei lu.
6. Kepeibe suihau mezing eh ngngwa hema, hangna mede nbung me pelane ncüt lu eh rekilu.
7. Kepeibe gade koaciu chi kelu dung de teu henai henai kempau lu.
8. Helet kerau nah kerang be gade chi hemi süt lu.

Naga leuhme pekatei penggwa kekie ge bam eh nggwa bamla. Hengyi tingdau pekiangme pauca nah renam ncüt lu eh nggwa ketsamtsam tei eh taksia mene nggwa la. Anui deulungme nggwa ze au paupai nggwa teiliala kegai ge nah anui nggwa kekie nnei eh keu liala.

Deulungme nggwa aide kenggwa au anui sie teiliala kegai rünne mene kerenga ta gede si. Naga deulungme nggwa mi ketei ai kenzwa nggwadung au teu cewhui lu kera ciam ge.

Nagaland deulungme nggwa dung ge nggwa kela au kerenga, ngngwa keyi bam lu kera, ndaa anui paupai me tei kela ze tei reli nah tei ngga di mene teu redwa lalu kerane nggwa la. Zeme paupai nggwa nggwa kela kena:

1. Kebui kedwak (Mithun chase)

Kebui dwak kecu aide mipeuna nggwa ge iciu eh penui pumci nah ningcing keyi keulia la. Kebui aide dwak kera mli mege hekui ceha ketei dau mede mi kemlang mege pezi tei ndu gai keradau nah cai kedi dau kebui dwakla. Kebui dwak tet keraswa kecingme gene ainzwa ndu gaila. “I kebui aide lungmpet gai beula nnui ra keyibe tei lulo. Hetu nah Tangtsu mina mpui mbailu” kebui be renaam ga keuteu gwang bam eh lungmpet gai la mede hegung ga ngau kelu gaze dwak tetla.

Kebui ze hiak gaisiak ge dwak kera me leune pepai nkanglwe nkiak mra eh pezi pepau pepeu zi tah eh dwak tetla. Kebui mih teu neu nsa eh nzab la. Dwak tie kedi chai kebui de mina de leu dila. Kebui ze hangge ne teu nsap keluchai peria keu lula. Magaze dwak kelu me kak kebwak kedi teichai cau bene pemi püt mene la eh teu nsap lu dibi cipau meze peu dwak lula nah pezierang be hepui ketsamtsam gaze pe zierang kaila.

Dwak kelube mci dige, mina sena, teset geze nsham lula iciu eh dwak kelube penai kensham me Kebuinkwa, pemi, perai, pepi, petsing dung nzi lu eh pekiangkki rip gade langtyei la. Hetei aide pekiangme mipeu rünne nzi tyeila.

2. Hepwa

Hepwa aize Tenyimia me nggwa bam kela kak ze nggwa kemlang ge aize Angami, Chakhesang nah Zeliang me nggwa la. Aipaume leuh kak gaze mmi msang keyi renyia la. Penui kenggwa zaide nzwala.

Petak kai kela ge chai pezangbe ze puacu nah kezietmmie pechaile mede pembie gage kai dila. Petak kedage chai pezangbe ze puacu lu delwe pepi ri-mmie kideu gage kaila. Nggwa bam eh mige kaumie pegim mede pembie kideutung dichai kaukemak beze yi kedi peula.

Nggwa keyime ge pe nggwa gade ci lula. Hepwa pua kebam dau pezang me kau kedidau peba nzab ncu beula. Aiciu kecu keyi renyia kebam gaze hezu yi nah kehung ketket da keulia kegai ge.

3. Heram kenram

Khiamniungan leuh me heram kerenyia nggwa ze penui ziemne nggwa kemlang ge. Aipau nggwa ze hengyi dau cuna cu nggwa bam dida. Ndaa me au nggwa aize heroi ketei dau nah rehu kecu dau ne teila. Rehang mede peu kideu gage hengei sum kelu reu nram kala mede renam rie twagwa kenzeudung. Nggwa aiciu kecu kahkegai au peu rehang meze mrak, ncap nah kuu bam lu kerane teila. Caubene hengei sum kenzeu mede teirie nram ka hutu lu dibi cipau dene lya lula. Lya kelube ze hemeu nah mrizau peula.

Samkieh

- | | | |
|--------------|---|------------------|
| 1. Paucanme | - | pepaupakme. |
| 2. Dwak | - | Kekebüt. |
| 3. Nsham | - | yitube nsam. |
| 4. Hepwa | - | retui nyenya be. |
| 5. Heram | - | ndingkah keeu. |
| 6. Pekiangme | - | hangseume. |

TEIKERELI

A. Pekieh aidung ze cilu.

1. Zeme leuh nggwa kela kena zi raugai lu.
2. Daipau leuh dung ze Tenyimia melie lano?
3. Dainzwa Zeme hepwa pua lano? Pezai dung raugai lu.
4. Dainzwa Zeme peu kebui dwak kelu cilu lano?
5. Dainzwa eh kebui dwak lano?
6. Nagame nggwa dai gage ngngei gai lano?
7. Dainzwa eh Khiamniungam leuh me heram nram lano.

B. Samkieh aidung de rau gailu.

1. Dwak :
2. Lya :
3. Rehang :
4. Paucana :
5. Hekui ceha :

C. Samtie aidung ze teu samriah teigai lu.

1. Hengyi _____ hengyi dau helimlim la.
2. Paikang _____ Pai nkanglwe Kebui dwakla.
3. Petak _____ petak teici kemakme kaula.
4. Kebui _____ Kebui makau kemci.
5. Mrak _____ kemrakme pegu yila.
6. Teirie _____ makauna ziemne perie teila.

D. Kepeikwak de nzui eh samriah teiphui gailu.

1. Naga leuh me pekatei _____
2. Kebui dwak kecu ai _____
3. I kebui aide lung mpet gai beu la _____
4. Pezang me kau kedi dau _____
5. Lya kelu be de _____

E. Samkieh petau be kedet lwe rau gai lu.

1. Kebui /Hebui _____
2. Hwak/Dwak _____
3. Hak/Hiak _____
4. Ri-mmie/Re-mmie _____
5. Renyiak/Renyia _____

F. Hangna heta keteu.

Nzangbe ze mpaulu, nang nzangbe dage heleuh kedamenggwa ci kelu ze rang lialu. Nggwa ai kenzwabe nnui leuh mede nggwa lani? Nzwa bamcai kempau lu. Magaze nggwa be nda ze keheci ge dichai, nggwa nsui kecu be pecu ngngwa mpau lu.

G. Hema heta keteu.

Nbungme hema kecum mdai nzi lu delwe ci kebam nggwa be nhwak lu.



**STATE COUNCIL OF EDUCATIONAL
RESEARCH & TRAINING (SCERT)**

**STATE CENTRE OF
NAGALAND LANGUAGES (SCNL), DSE**



Iodine deficiency disorder is the single most common cause of preventable mental retardation and brain damage.

"Consume only Iodized Salt"