

विषय-सूची

- (१) किरात लाजे लिम्बुवान/१
- (२) भूतदेखि वर्तमानकालीन लिम्बुवानको क्षेत्रफल/१
- (३) किरात शब्दको उत्पत्ति/४
- (४) किरात शब्द उल्लेख भएका पुरानो ग्रन्थहरू/६
- (५) नेपाल शब्दको अर्थ/७
- (६) किरात राजवंशावली नेपाल/७
- (७) यूमा साम्माङ्ग बारे केही कुरा/१०
- (८) याक्थुङ्गवा, लिम्बू, राय, सुब्बा, राई तथा खम्बू शब्द प्रसंग/१२
- (९) वान शब्द बारे/१५
- (१०) लालमोहरहरू/१५
- (११) लिम्बूहरूको थर तथा बसोबास ईलाका/२१
लाशाहाङ/मावोहाङ- २२ सेरेङ- २४ लिवाङ- २५ सांवा- २५
इजम- २६ वोखिम- २६ फागो- २६ यक्पाङ्गदेन- २८ थेगीम- २९
खोःयाहाङ- २९ नेम्वाङ- ३० पापोहाङ- ३१ थेवे- ३१ फेदाप- ३२
आथ्रे- ३३ खेवा- ३३ खजुम- ३३ खादीहाङ- ३४ होम्नाके- ३४
छथरे अन्य- ३५ सन्यक्पा- ३५ चारखोलाका लिम्बूहरू- ३६
याख्खा लिम्बूहरू- ३६
- (१२) जानकारीमूलक प्रश्नोत्तर / ३७
- (१३) लिम्बू जातिको प्रतिनिधीमूलक फूलहरू/ ४३
- (१४) लिम्बुवानको प्रमुख चीजहरू/ ४४
- (१५) प्रश्नोत्तर / ४८
- (१६) इतिहास/ ५५
- (१७) प्रमुख लिम्बू राजा, व्यक्ति र व्यक्तित्व/ ५८
- (१८) मुन्धुममा वर्णित स्थान/ ६६
- (१९) कियाचु नेपाल/ ६७
- (२०) कियाचु हडकङ/ ६७
- (२१) केही लिम्बू लेखक तथा पुस्तकहरू/ ६८
- (२२) लिम्बू सम्बन्धी प्रमुख पुस्तकहरू तथा गौड लिम्बू लेखकहरू/ ६९
- (२३) विवध / ७०
- (२४) केही महत्त्वपूर्ण भनाइहरू/ ७५
- (२५) सन्दर्भ सामग्रीहरू/ ७७