থম্মোয় পাউদম হুইয়েন ইন্দু

রাইওৎ-পুলিস অমদি মীওইবগী থম্মোয়

জে সী আই এল পি এস-জোইন্ট কম্মিটি ওন ইন্নর লাইন পার্মিট সিষ্টেম'গী লীচিং মখাদা 'মণিপুর এসেম্ব্লীনা পাস তৌখিবা বিল অহুম এক্ট ওস্লেকউ', 'দিল্লিদা চংলুরা গভর্ণরনা পীখৎখিবা বিল অদু প্রসিদেন্টকী অয়াবা লৌরুরো'- হায়দুনা মণিপুরদা লৈরিবা পোলিটিকেল পার্টিশিংগী মফমদা পীরিবা প্রেসর, হৌজিক শাথিবা তাঙ্কক অমদা লৈরে। মণিপুরগী কোংগ্রেস লৈঙাক্লুসু, দিল্লিগী বি জে পি লৈঙাক্লুসু তরাইনা খক লৌফরোই। তল্লগা মরাইনা তোকচখিনি হায়বা ইবোবীগী লৈঙাক- মেথদ অদু মতাংসিদা য়াদৌ মাল্লক্তে। ফীভম অসি লাকশিনবা ঙমদ্রে হায়দুনা প্রসিদেন্ট রুল থম্লবা তাঞ্জা ঙাইবা মানবা বি জে পিগী এট্রিচ্যুৎ অদুসু হোংদোকপা মথৌ তারক্তে। নংত্রবদি 'রিন্দাউট টেরিটোরিয়েল লিমিৎ' হায়বা ৱাহৈ অহুম অদুনা পার্টি অসি মণিপুরদা য়েম্মৌনখিবগুম, ইস্যু অসিনা মোদি মন্ত্র ময়ায় চমব্লদুনা পার্টিসি লৈরোল চনখিবসু য়াই। তাইবীসু মথা শাই। পুন্নমক্ত খঙউ। হায়নৈ, আই এল পিগী মতাংদা মাগী পোলিটিকেল এদভাইজর অমত্তা এদভাইস তৌবা ঙমদরে, কন্সট্টিত্যুসনেল এক্সপার্ট লৈতরে, মাসু তৌফম খঙদরে। অদুনিন, হৌজিক মহাক্ন মাগী পুলিস ফোর্স পুম্বু 'য়াচল লাক্ত-শোগাল'গুম লম্পী-লমহাংগ থাদোক্লবা। নহান, মে ৩০, নিংথৌকাবা নুমীৎকী কৈশাম্পাংকী থৌদোক য়েৎবীয়ু। কেবল টিভি'দা শন্দোকখিবা পাউখী কোভরেজ ওইনা উৎথিবা 'ভিদিও ফুটেজ' অদু উবীহৌবা য়াওবা নংত্রা? হোল্লিরুদ ফিল্ম মানবনি। ফিল্মদা থরায় লুপ্পবা মণিপুরগী ইন্নি-ইনাওশিং! অফবা কেমেরা (রিজোল্যুসন ৱাংবা) পায়দুনা, পাউমী ওইনা শক লোৎলগা 'শোত' খরা লৌবিহৌ। শোয়রোই, অদোমগী ফিল্মগী রাইওৎ- সিন নম্নদা ইনসট ওইনা হাপচিনবা রিএলিষ্টিক ওইবা হেনগনি, হেয়া ইফেক্টিব ওইগনি। পুলিস-মেনশিংগী এক্সন, 'ষ্টন্টমেন'না কৈদৌরুনি? দিল্লিগী লৈঙাকপশিংনা উরদি ওস্লেক্ত হরাওজননি- মণিপুরগী পুলিসমেনশিং, ক্যামা স্মার্ট ওইস্লবা! অদুবু, লাইবক থীবদি, অসুপ কনপ্রবা ঈহৌসে, লৈঙাকশিংবু কোক চিকহল্লিবা, তম্পাক-লমগী পুলিসু কাং-খোং চাইহল্লবা ঈহৌসে, নেসনেল মীদিয়া হাউস অমত্তনা সেকেন্দ খরতগী ওইরসু কোভরেজ তৌবা য়াবা ইস্যু অমনি খনবীদে। থাঙ্গবীদবরা? ওইথোক্লনি থাঞ্জব্রবসু, করিগুম্বদা ইন্দিয়াগী প্রসিদেন্ট'না বিল অহুম অসি এক্ট ওনবগী অয়াবা পীরক্লনা, চীংগী লমদা কাউন্টর এজিটেসন চঙশিল্লক্লবা, মণিপুর লৈঙাক্কী মায়োক্তা এন্টি-গোভ্যোম লাইরক্লবা খুদম্তা পায়শিল্লক্লনি- এন দি টিভি, টাইম নাও, এ এন আই, সি এন এন, আই বি এন এ ঐখোয়গী ন্যুজ নেটৱার্কসি কদায়দনো অমা মরী তৎলি। শমুফম থোকপা শমুদ্রি। নংত্রা, ঐখোয়গী ন্যুজ রিপোর্টরশিং ইফেক্টিব কম্যুনিকেসন ৱাৎপরা? কদায়দনো অমদি অৱাৎপা/অশোয়বা লৈরমগনি। লৈপুংনা শাবা মন ফাওবা মো লাউনা খোংনবা ভস্ত্রা 'টাইমস নাও' ন্যুজ চেনেলগী, নুমীদাং পুং ৯ গী 'ন্যুজ আৱর দিবেট'কী টোপিক অমা ওইহল্লবা 'অৰ্নব গোস্বামী'গী পুঞ্জিং অমুক্ত চিংশিনবা ঙল্লবা-শোয়রোই, আই এল পিগী ইস্যুসি নেসনেল কেপিটেলদা বোম ওইনা পোকখায়রক্লনি। মিষ্টর 'অৰ্নব গোস্বামী' গৌহাতিদগী হৌখিবনি, নোর্থ ইষ্টকী ইস্যুদা ময়েক শেংনা খঙবনি। নীংথিনা কনক্তিন তৌবা শোয়দনা পায়খৎলক্লনি। মহাক্লসু তোয়না হায়বনি- সেন্টরনা প্রসিদেন্ট রুল থম্লনা মথৎগী টাগেট মণিপুরদা ওইরি। অদুবু, লাই পন্দুনা হায়রবদা 'দিস্কসন' অদু তৌরকপা তারবসু ইস্যু অসিগীদমক ঙাওবীনবা পেনেলিষ্ট পাউদম অমা ইগে খনজক্কবনি। ঐখোয় ইশানা ইশাবু হঙ্গনা য়েংজবদি তারনি। নুংত্তিগী শন্দোক্লিবা প্রোগ্রাম অদু য়েংবীয়ু- পেনেলিষ্ট ওইনা শরুক য়ারিবা এক্সপার্টশিং, মখোয়দা লৈরিবা লেঙ্গুয়েজ কম্মান্দ অমদি মেটিরিয়েল রিসোর্স- থাক অদুদা শরুক য়াবা ঙমগদবা ঐখোয়গী স্পোক্সপার্সন অমদি একাদেমিসিয়ন অহুম মরিদদ পুথোক্তবি। মমিং খরদ পনবীরকউ। ইস্যুসিগী এগেন্স'তা ঙাওবীনবা মীশক্তি মশিং নাইনবা থোক্লক্লনি। থৌদাং অসিদি জর্নেলিষ্টশিংগীনি। ঐখোয়গী পেপরশিংদা পাবা তনবগী থাক অদুদা রিপোর্টরগী মহুৎ নেসনেল পেপর অমদি মীদিয়াদা টাগেট তৌরসি। খঙই ঐখোয়, থৌদাং অদু পাঙথোকপা ঐখোয় শোয়দনা ঙমগনি। এক্সপোজর ৱাংপা মপান থোকচরকপনি। ঐখোয় ইশাদা সেল্ফ কনফিদেন্স ৱাংপনি। হৈবাং মনুংদা লৈরগুমসি। ঐখোয় মপান থেল্লক্সি। ইহো! তমগে নীংবা থম্মোয় পাউদমদি তমহৌদ্রে। ঙরাংগী (তারিখ ৩০ গী) গী পাউ-চে অমগী অহুখল্লবা লমায়দা য়াওখিবা 'চিলে'গী রাইওৎ পুলিস অমগী মমাঙদা নহা ওইরিবী নুপী অমনা মথৎতা অঙাওবা আতরগুলাপ পায়দুনা ঈহৌ অমগী পেন্দ-খোল্লাউ লাউরিবা ফোটোগ্রাফ অদু উরুরগা, পুক্লিংসিদা ফাওরকখিবা ইহল অদুগী পাউদম অমা ইগে খনজক্কবনি। পীক্লিবী, ইচাগুম্বী, স্কুলগী য়ুনিফোর্ম শেৎপী, মরৈবাক্কী তুংগী মীরোল কন্নবা খোঙজং চঙশিল্লিবী নুপীমচাশিংদা অরৈবা পাঙ্গল ফুদোক্লিবা, থৌনা ফবা পুলিসমেনশিংদা অদুগা 'চিলে'গী রাইওৎ পুলিস অদুগা মথৌ-থৌদাং খেৎনবজংলা? য়ুনিফোর্ম শেৎপা রাইওৎ পুলিসমেন অদুবু 'চিলে'গী লৈঙাক ওথোরিটিনা, লম্বী সড়ক্তা রেদ-রোজ পায়বী নুপীশিংগা নুংশি-নুংঙন ফিলিং ফোঙদোক্লনবা থাদোক্লকপা ওইরমগদ্রা? নত্তে। মদু সুপওই ওইরজেরি। পুলিসমেনসু মীওইবনি। মীওইবা খুদিংমক্তা 'এনিমেলিটি' অমদি 'হ্যামেনিটি'- অনীমক য়াওই লোংতুনা। মশাদা য়াওবা মহৎতু মহৎ শীন্দুনা য়াথীন পায়া ওইবা শীজিন্নৈ। মশাদা য়াওবা মহৎতু করি খন্নিনংঙাই লৈবগে? ঐগী নুংগী খোঞ্জেলনি।

লৌশিং পুক্কৈ

হেঞ্জিন্না হকচাং শাজেল তৌবগী কান্নদবা

চাং নাইনা হকচাং শাজেল তৌবা ফৈ হায়বা পুন্নমক্লা খঙনরবসু হেজ্জিনবা মওংদা তৌরবদি হকচাং শোক্লিংঙাই ওইহল্লি। তোঙান তোঙানবা ষ্টদিশিংগী মতুংইন্না নোংমদা পুংখায় অমরোম হকচাং শাজেল তৌবনা দাইবেটিস, হায়ব্লদ প্রেসর, হায় কোলেষ্টেরোল, ওবেসিটিনচিংবা ঙাকথোকপগা লোয়ননা হকচাং ফহুল্লি হায়বা খঙলে। অদুবু মসিদগী হেজ্জিন্নবদি হকচাং শোক্লবগী মরম ওইহল্লি। কা-হেয়া হকচাং শাজেল তৌবা মতমদা ইম্যুন সিষ্টেম মপাঙ্গল শোঙ্গহন্নকপগী তোয়না নাগনবা য়াই অমসুং হকচাং কনখৎলকপগী মহৎতা শোঙ্গরকই। কোর্টিসোল কৌবা ষ্ট্রেস হোর্মোন অমা চাং ৱাংনা থাদোরকপগী তুম্বা য়াহন্দে। কন্নাগুম্বা মীওই খরদদি হার্ট এটেক তৌনবা নংত্রগা চাবা থকপদা অকায়বা থোকহল্লকপা য়াই। দিপ্রেসন অমদি মুদ স্বিংনচিংবা মেন্টল দিসওর্দর ওইহল্লকপগা লোয়ননা লেষ্টিং হার্ট রেট হেনগৎলকপগা হকচাংগী অরুম্বা হম্বরকপা অমসুং চানিং থক্লিংবা ফাওরকপা য়াই। গুপ্তঙ্গা অমদি হকচাং চোকখৎনচিংবা খুদোংচাদবশিং মায়োক্লরকই। ষ্ট্রেস হোর্মোন কোর্টিসোলগী চাং ৱাংখৎলকপগা লোয়ননা টেষ্টোষ্টেরোনগী চাং হম্বরকপা মরম্না নুপা-নুপী অনীমক্ত খুদোংচাদবা মায়োক্লরক্কই। চাং নাইনা হকচাং শাজেল তৌবা ফৈ হায়রবসু হেজ্জিনবা মওংদা তৌরবদি ওন্ন-তৌনবা মওংদা হকচাং শোক্লবগী মরম ওইহরকই। নোংমদা মতম শাংনা অমসুং হেজ্জিনবা মওংদা হকচাং শাজেল তৌবা এন্দ্যুরেন্স এথলেটিশিংদা কোর্টিসোল চাং ৱাংনা থাদোরকপগী পুক্লিং ৱাখল চারাংনরকই অমসুং হকচাংগী অরুম্বা হেনগৎলকই। মসিগীসু মথন্তা ইপিনেফ্রিন অমসুং নোরইপিনেফ্রিন কৌবা হোর্মোন মখল অনী চাং নাইনা থাদোরকপা মরম্না চানিং থক্লিংবা ফাওহন্দে। কা-হেয়া হকচাং শাজেল তৌবা মতমদা মশল অমসুং শরূ শোঙ্গরকই। মতমদুদা ইম্যুন সিষ্টেম মথৌ নীংথিনা তৌহন্নবা খাক্তুনা থম্না ইনর্জিনা মশল অমসুং শরূকা খৎনবা হোৎনরমোমদা মায় ওনশিনখিবা মরম্না ইম্যুন সিষ্টেম মথৌ নীংথিনা তৌরক্তে। ইম্যুন সিষ্টেম মথৌ নীংথিনা তৌদ্রবদি অনা অয়েক কয়া পোকহল্লকই। পোৎথাদুনা লৈরিঙৈদা হার্টনা মথৌ তৌবগী চাং (রেষ্টিং হার্ট রেট) ৱাংখৎলকপা তারবদি কা হেয়া হকচাং শাজেল তৌবগী খুদমনি। রেষ্টিং হার্ট রেট ৱাংখৎলক্লবদি হকচাংগী কয়াৎ খুদিংমক্তা খুদোংচাদবা কয়ামরম থোকহল্লকই। মীওইবগী মস্থ্যুলোস্কেলেটেল সিষ্টেমদা মশল অমসুং শরূ য়াওই। পোৎথাবগী চাং ৱাংলবদি হকচাং শাজেল তৌবা মতমদা শরূ অমসুং মশলগী ফীভম শোকচিল্লকই। মরম অদুনা মমাঙদা ইরায় লায়না তৌবা ওম্নম্না হকচাং শাজেল মওং মতৌ কয়া পাক হেক তৌবা ঙম্নক্তে। হকচাং শোঙ্গরিঙৈদা অরুবা শাজেল তৌবা অমা নম্নদা তৌনবা হোৎনরুরবদি মশল ষ্ট্রেন নংত্রগা মশল চেকখায়বগী খুদোংচাদবা মায়োক্লরকপা য়াই। মরম অদুনা হকচাং শাজেল তৌবা মথৌ তাবগুম মপুং ফানা পোৎথাবসু তঙাইফদে।

লিগামেন্ট, টেন্দন অমদি তাঙ-তাঙদা অকায়বা পীরক্লনা অশোক অপন য়াওহল্লকপা য়াই। জর্নেল ওফ এথলেটিক টেনিংদা ফোঙদোকখিবা রিপোর্ট অমনা হায়খি, কনাগুম্বা মীওই অমা কা হেয়া হকচাং শাজেল তৌবা মতমদা দিহাইদ্রেসন তৌবদগী কা হেয়া ঈশিং থৌরাংগা ফাওরকপসু য়াই। কন্নাগুম্বা মীওই খরদি নুমীদাং তুম্বা য়াদ্রগা অয়ুক-নুংথিলদা তুম্মিংবা ফাওরকই অমসুং অয়াম্বা মতমদা ৱাখল চারাংনবা, খোয়রাং খোয়শাঙনবা, ইথৌদা পুক্লিং চঙবা

হীদাক কান্নরবা পাম্বীশিং ঃ উরীক-শিবী

দাঃ হুইদ্রোম বীরকুমার সিংহ

উরীক-শিবী হায়রিবা পাম্বী অসি মনা পুঙবা অদুগা মতম অয়াম্বদা শংদুনতা লৈবা (Evergreen) ফুট ১০ ফাওবা ৱাংবা হীদাক য়াম্না কান্নবা মোংশোং হায়বদি শ্রব (Shrub) অমনি। উরীক-শিবী পাম্বী হিন্দীদা নিরগুন্দি (Nirgundi) অদুগা সাইন্টিফিক নংত্রগা বোটানি-কেলগী ওইবা মমিংনা *ভাইটেক্স নিগুন্দো (Vitex negundo Linn)* হায়না কৌই অমসুং ভরবেনেসি (Verbenaceae) শাগৈগী মনুং চল্লি। উরীক-শিবী পাম্বি অসি ইন্দিয়াগী মফম অয়াম্বদা মরুওইনা খরা হেয়া শাবা মফমশিংদা নীংথিজনা হৌবগী পাউদম লৈ। ঐখোয়গী লমদম মণিপুরদসু উরীক-শিবী অসি মহৌশাগী ওইনা সোরোক্লী মতায়, খোংবান অমদি তুরেলগী খোংবানশিংদা অদুমক হৌবা থেংনৈ।

বিজ্ঞানগী পাউদমগী মতুংইন্না উরীক-শিবীগী মনাদা অল্কালোইদ (Alkaloid) অনীখক য়াওই। মখোয়শিং অদুদি নিসিন্দিন (Nishindine) অমসুং হাইদ্রোকোটাইলিন (Hydrocotylene) নি। উরীক-শিবীগী মনাদা থাউ মখল অমা য়াওই অমসুং থাউ অদুদা মরুওইবা কম্পাউন্দশিং অদুদি অলফা-পিনেন (alpha-pinene), কেমফিন (Camphene), কেরোয়োফাইলিন (Caryophyllene) অমসুং সিত্রেল (Citral) অসিনচিংবনি। মনা অদুনা য়াওরিবা থাউগী চাং অসি চাদা ০.৪২৩ নি। পী-হাইদ্রোক্সিবেনজোইক (P-hydroxybenzoic), ফেরুলিক পী-কৌমেরিক (Ferule P-coumaric), ভেনিলিক (Vanillic) অমসুং সিরিনজিক এসিদ (Syringic acid) শিং অসি উরীক-শিবীগী মনাদা য়াওবগী পাউজমশিংসু লৈ।

ঐখোয়গী লমদম মণিপুরদদি উরীক-শিবী পাম্বী অসি মখল মখা কয়ামকমদা শীজিন্নৈ। হায়রিবা পাম্বী অসি উরীক-শিবী কৌখিবগী ওইবা য়াবা মরমদি পাম্বী অসিগী উ অসিদগী শেম্বা মতুম মচাশিং অদু লংদা লেংদুনা লীক ওইনা শিন্নৈ হায়বদগীনি। মীওইবগী হকচাংগী তাঙ চাউথোক্তুনা চীকপা নাবা তৌবদা উরীক-শিবীগী মনা অদু শুগাইরগা থোম্বদা য়াম্না কান্নবা ফংহল্লি। উরীক-শিবী মনা খুবাম অমা লৌরগা ঈশিংদা ফজনা চামথোক্লগা শুগাইরগা লৌবা মহী অদুদা থোইহী খরা হাপ্পুনা শেম্বা মহী অদু পীথক্তুনা মীওইবগী হকচাং মনুংদা লৈবা তীনশিং লায়েংনৈ। উনশাগী ওইবা মখল মখা কয়াগী ফুঙ্গি/ফুরিশিং অসি উরীক-শিবী মনা শুগাইদুনা লৌবা মহী অদু চাং নাইনা তৌদুনা লায়েংনৈ। উরীক-শিবী মনা অদু নুংশাদা কংহল্লবা মতুংদা কুপ্পা পাউদর তানা তকখাইরগা য়েঙ্গেন্দা চাইবীবা মতমদা য়েন অদুনা তারক্লনবা লায় তীয়াদগী ঙাকথোকপা ঙম্মী। উরীক-শিবী মনা খুদাপ অমা লৌরগা ঈশিং খরা হাপ্পুনা মৈদা শৌহন্দুনা কারকপা অশাবা মনিল অদুনা মীওইবগী শৌজ-খোঙদা (Anus) য়ৈহন্দুনা নুংশং থুংবা (Piles) অসি লায়েংনৈ।

বিজ্ঞানগী পাউদমগী মতুংইন্না উরীক-শিবীগী মনাদা হূ (poison) চেনবা কেমিকেল অমা য়াওই অমসুং হায়রিবা কেমিকেল অসি মহয়-মরোংদা তাগনবা লায়না তীয়াশিং অসি ঙাকথোকপা অমসুং হাংতোকপা ঙম্মী। ভৌদোং থুংবা (Cataract) শীজিন্নরিবা মনা-মশিংগী হীদাক-লাংথক অয়াম্বা শাবদা উরীক-শিবী মনা অসি অড্ডৌবগী মনা খরগা, জীরা খরগা, জাইফর (Jaiphor) অমত্তংগা পুন্না য়ুবী মহীদা লোন্দুনা শেম্বা অনগুবা মী অদু নোংমদা ২/৩ গুম্বা হাপ্তা ১ গুম্বদা তৌবীদুনা উনশাগী লায়নাশিং মরুওইনা স্কেবিজ (Scabies) অসি লায়েংনৈ। নোংচুপথংবা হিমালয়াগী লমদমশিংদদি উরীক-শিবীগী অপীকপা মশাশিং অসি য়া চীকপা (Toothache) মতমদা তুথ ব্রশ (Tooth brush) কী মহৎ শীন্দুনা য়াথীন পায়া ওইনা শীজিন্নৈ। উরীক-শিবী মনা অদুদা অচাথুম খরা হাপ্পুনা ফি অমনা ফজনা য়োমশিল্লগা মৈদা শাহন্দুনা হীগা য়ৈবা মতমদা তাঙ-তাঙ চাউথোক্তুনা চীকপা নাবগী লায়না অসি লায়েংনৈ। স্বাঙ নাবা অমদি হকচাংগী তোংশা কায়দুনা চীকপা নাবা তৌবদদি উরীক-শিবী মনা খরা, লম হৈখা নাগাগা, কামিনি কুশুম মনাগা চাং মান্নানা লৌরগা শুগাইদুনা শেম্বা মলম অদুনা চাং নাইনা তৈবীদুনা লায়েংবা য়াই। উরীক-শিবী মশা অচোংবা অদু মৈ থাদুনা কারকপা মৈখু অদু শ্বাস হোজিন্দুনা (Inhaling) অরুম-লাইহৌগী লায়না অসি লায়েংবদা ইন্দিয়াগী ট্রাইবেল খরনা শীজিন্নৈ। পোম্বা তঙবা তৌবদসু উরীক-শিবী মনা অদু শুগাইরগা চম্প্পা মহী মহী অদুনা ফহনবা ঙম্মী। মীওইবগী তোংশা অসি পোপ্পনা নাবা (Muscular Sprain) মতমদা উরীক-শিবী মনা শুগাইরগা থোম্বদা থোইদোক্লা কান্নবগী পাউদমসু লৈ। তাঙ চাউথোক্তুনা চীকপা নাবা (Rheumatic arthritis) তৌবদা শীজিন্নরিবা অর্য়ুবেদিক্কী হীদাক রেসোনারী-কাভাথা (Resonadi kavatha) অসি শাবদা উরীক-শিবী পাম্বী অসি মরুওইবা মচল অমা ওইনা য়াওরিবনি। উরীক-শিবীগী মনা অসি ঈশিংদা ফজনা ফুংলগা লৌবা মহী অদুনা ঈরু-লুজথোকপদা উনশাগী ওইবা মখল-মখা কয়াগী লায়নাশিং মরুওইনা স্কেবিজ (Scabies) অমসুং স্মোল-পোক্স (Small pox) অসি ফহনবা ঙম্মনগী পাউদমসু লৈ। কর্নাতাকাদদি উরীক-শিবী মনা অনৌবা অদুগা নোংমাংখা খরগা, উনশা অমত্তা পাঙ্গলা অদুনা শীজিন্নৈ... ফজনা য়োমশিল্লগা শাবা মলম অদুনা চাং নাইনা তৈবা শীজিন্নরিবা কেমিকেল ... পুংদা লৈবা মহী অদুনা কুপ্পনা পাম্বনা ... মমিং কয়া শীজিন্নৈ। শুংখা হকচাং শোক্লবা ... য়োং ... লায়েংনবগী পাউদমসু লৈ।

উরীক-শিবী মনা অদুগা ইন্দিয়ানা শীজিন্নরিবা মখল কয়ামরমদা শীজিন্নৈ।

মথৌ শাগী মরম কলাইদনা ... মৈদা পালদুনা হাপ্পা ... মখুম থুংলগা ... মনা মপাম্ববু ... মরম মনুংদা কান্নবা ... অসি খুদোম ... অদুনা মীওইবগী ... উরীক-শিবী মনা খুদাপ অমা খরা উদুনা মৈদা হাপ্পুনা শৌহন্দুনা ... খোঞ্জেল চাদবা মখল অমা ওইনা খঙনৈ। মতমদা অদুনা লায়েংবগী পাউদমসু লৈ।

অ ঈং-অশাংগী পাউ

দিষ্ট্রিক্ট	খ্বাইদগী শাবা	খ্বাইদগী ইংবা
বিষ্ণুপুর	২৯.৮১০c	২০.৪০০c
চান্দেল	৩৩.৭২০c	২৩.৮৫০c
সীসীপুর	৩১.১৮০c	১৭.৯০০c
ইম্ফাল	২৮.৭১০c	১৮.৮০০c
সেনাপতি	২৮.৩৩০c	১৮.৩০০c
তমেংলোং	৩০.৬৯০c	১৮.৩৫০c
থৌবাল	এন এ ০c	এন এ ০c
উখ্রুল	২৩.৮১০c	১৪.৯৪০c
মণিপুর	৩৩.৭২০c	১৪.৯৪০c

মণিপুরগী নোংজাগী চাং : ১.৩০এম এম
নুমিৎ থোকপা : অয়ুক পুং ৪.৩০
নুমিৎ তাবা : নুংথিল পুং ৫.৫২
দিরেক্টরেট ওফ ইনভাইরোনমেন্ট, জি ও এম

মীওইবা মরক্তা নুংশিননা অমদি থকশি-খাশি ঙাকপদা নট সঙ্কীর্ত্তনগী থৌদাং চাউই : ময়েংবম ইবোয়াইমা

ওকেন্দ্রো খুন্দোংবম

মীওইবনা ঈংনা চিক্লা, নুংশি-চান্না হিংমিন্নবদা ইশানা ইশাবু থাজবা হায়বসি তঙাইফদে। ইশানা ইশাবু থাজবা থম্লবদি অতোঞ্জনসু এরু থাজবা থম্লক্লনি। মখোয়দসু ঐনা থাজবা থমগনি। অমনা অমবু থাজবা থম্লবদি থকশি-খাশিসু লৈনরক্লনি। থকশি-খাশি লৈনরবদি নুংশিগী মরীসু হেনগৎলক্লনি। নুংশিনবা হায়বসি মীওইবগী থাদোক্লমু য়াম্লবা মরী অমনি। হায়রিবা মরীশিং অসি নট সঙ্কীর্ত্তন তৌরিবা মীওইশিংগী মরক্তা ঙাক্লা পোকপগী মমি তাই হায়না নট সঙ্কীর্ত্তনগী শৈশকপা ময়েংবম বোয়াই নংত্রগা ইবোয়াইমানা ফোঙদোক্লে।

ময়েংবম ইবোয়াইমা মশাগী চহী ৭৫ শুরে। মশাগী চহী ১৪ শুরকপদগী নট সঙ্কীর্ত্তনগী লমদা খোঙদারক্লনা ওজা কয়াদা ঈশৈ শৈশক অসি তম্লকখি। শৈশকপা অমা ওইনবা হোৎনরকপদা খেনখিবা অরাবা নুংঙাইদবগী ৱারী কয়াদু অহল ওইরবা ওঙ্গাসিনা ঙসিসু নীশিংলি। নীংশিংবগী শরুক অয়াম্বা নুংঙাইদবগী অরাবানা শরুক হেনবা ঙসিসু মঙোন্দা ঈশৈ তস্বা লাক্লিবা থৌগল্লোই খুদিংমক নুংঙাইহনবা হোৎনরই। নট সঙ্কীর্ত্তনগী লম্বীসিদদি নহা-অহল, ওজা-গুরুগী মরক্তা লৈনগদবা থকশি-খাশি অদুমক ঙাক্লি হায়রদুনা মরীসিনা অদুমক তৎত্রবদি ঙসি থোক্লিবা থৌদোক ৱাথোকশিং হম্বহনবদা অচৌবা মতেং পাংগনি হায়খি।

ময়েংবম বোয়াই এলিয়স ইবোয়াইমা কুমজা ১৯৪১ গী জন্যুৱারি ১৭ তা হৈরোক পার্ট টু লাইমায়ুম মনিং লৈকায়দা পোকখি। লৈখিদ্রবা ময়েংবম গুলামজাৎ অমসুং ময়েংবম ওংবী লৈবাকলৈমা দেবীগী মচিন-মনাও মরি পোকপগী মনুংদা মহাক্ন অহুমগুবনি। লায়রবা লৌমীগী ইমুংদা পোকপগী মথক্তা মমা ওঙ্গা কায়নখিবনা লাইরিক তম্লনা অরাবা কয়া মায়োক্লদুনা লাকই। অপোকপনা মপানা হোৎনদুনা মতমদুগী মঙশুবা ক্লাস হায়না খঙনবা অদুগা হৌজিক্লা ক্লাস টু ফাওবদং তম্লকখি। মঙাশুবা হায়রবসি হৌজিকী মতমদদি ক্লাস টেন গুম্বনি। মসিফাওবা তম্লবদি য়ারবগুম খরদ্রমনি। ঈনাক কৈরাক খুনবশিংনা মখা তমখৎলরবসু লায়রবশিংগীদি মঙাশুবা ফাওবা তম্লবদি য়ারে হায়না খন্না মতমনি। অপোকপনা লাইরিক তম্বা তোকহল্লগা নট সঙ্কীর্ত্তনগী ঈশৈশিং তমহনবা হৈরোক পার্ট টু মনিং লৈকায়দা লৈবা ওজা নিংথৌজম য়াইস্কুলগী য়ুমদা পুদুনা তমহল্লকখি। মতমদুগী নট সঙ্কীর্ত্তন ঈশৈ শৈশকপা অমা ওইগে হায়রবদি শ্যাস্ট (সংস্কৃত), ব্যাকরন অমসুং বেঙ্গোলিগী ৱাহম্বোকশিং খঙবা অমদি হৈবা তঙাইফদে। মহাক্নসু অপোকপনা সবজেক্টশিং অসি হৈহন্নবা হোৎনবদা অচৌবা মতেং পাংদুনা ওজা কয়াগী মনাক্তা পুদুনা তমহল্লকখি। স্বাইদগী লাইবক থীরিবা খুন্দোংবম শেনয়াইদসু মখা তানা ঈশৈগী লৌশিং তম্লকখি। মদুগী তুংদা খোংজোম চীংথামদা লৈবা ওজা সাগম ইবোমচা অমদি হৈরোক্কী এলাংবম কুবেরদসু তম্লকখি। মহাক্ন ঈশৈ শকপা হৌরকপদা থেংনরকপা পুংসিগী কাওরোইদবা রাফম পল্লদুনা হায়, হৈরোক্কী মশক নাইবা ইমুং অমগী বাসোক শকপদা মহাক্সু ওজা কুবেরগী মতুং ইন্দুনা য়াওই। বাসোক অদুনা বম্দ্যারদগী অমা, খুরাই তোপতগী অমা, থৌবালগী অমগা ওজা পুল্লা পালা ৫ লেপ্পী। ওজানা মহাক্কী অরাবা মতমদা পালাদা শরুক য়ারিবশিং নাইতোম শক্লবা হায়রকপদগী মথৎ শক্লগুম্বা তুংদা মহাক্কী শরুক থুংলকপদা অয়েংবশিংগী মরক্তগী ইমা ইন্দোনশিংনা চৎলসি লাকউ, শত্তাসিনা শক্লকুন্দৌরে তানিংদে হায়রগা মীওই খরা থোল্লক্খিবা মশামক তাহৌখি। ময়ুমদা হল্লকপদা নুপী-অঙাংশিংগী মমাঙদা মহাক ঈকায়বনা তৌফম শঙখিদে। মতম খরদি ঈকায়মন্দুনা ঈশৈ শকপা তোক্লগে হায়না অতোক্লা শিনফমদা চঙলুরে। নুমীৎ ২০ রোম লৈরগা থৌবালদগী তান ফাংনবগী পাউকৎ অমা লাকখি। চৎসিরা চক্কুমসিরা কয়ারক খল্লবা তুংদা চৎখি। শরুক য়াখি। অঙম্বা পাঙ্গল হৈজবী থাদুনা 'উজ্জহার' হায়বা তাম্বাদা শকখি।

নুমীৎতু মায় পাকপগী অহানবা নুমীৎ ওইনা লৌখি। মতমদু চাউবা ইনখৎলকপগী খোঞ্জেল ওনবা, মীনা তানিংদবা মতমসু ওইখি হায়না ফোঙদোকখি।

নট সঙ্কীর্ত্তনগী লম্বীসি চঙলবা মতুংদা মহাকপু তম্বীরকপা ওজাশিংগী পাউতাক মতুংইন্না হল্লবা লৈতনা হোৎনজখি। মসিনা মরম ওইরগা মীয়ামগী মরক্তা তীনবা ঙমজরে। মণিপুর অমদি ইন্দিয়াগী তোঙান তোঙানবা মফম কয়াদা থৌরম শরুক য়াবা, তান ফাংনবা য়াম্না ওরোয়েনস পীবা কয়াদা শরুক য়াখ্রে। মহাক্লা লমসিদা কখোকপগী লোয়ননা চঙশিল্লক্লবসু লমসিদসু শেঞ্জাও পায়বা খরনা মীচঙ্গ শঙ্খ য়েংবগী থবক চৎপা য়াওই। ওল ইন্দিয়া রেদিও, ইম্ফালগী শৈশকপা অমা ওইনবা হোৎনরপ্রবসু পামজদবা থৌওং খরদগী শরুক য়াদ্রি। মনা-মথুমগী মতাংদসু মহাক্তি হৈজদবা মীশক অমনি খন্দুনা নোংমতা হায়জ-নোনজবা চৎত্রি। মহাক্কী হোৎনজবা অমদি কালাবু শক খঙবীদুনা কুমজা ১৯৮৬ গী মার্চ ১২ দা সঙ্গিৎ একাদেমী কক্চীংনা শক্লাইবা ঈশৈ হনবা মনা, কুমজা ১৯৮৭ গী ওগষ্ট ২৭ তা ইম্ফালনা বেষ্ট গোল্ড মেদেল, কুমজা ১৯৮৯ গী ওক্টোবর ২৯ দা তরুকশুবা নট গুরু নীংশিং মনা অমদি কুমজা ১৯৯৯ গী ওক্টোবর ২৪ দা গুলাপি নট সঙ্কীর্ত্তন একাদেমী, কাক্চৈথেল ঙানমী থোংনা ঈশৈ হনবগী মনা পীদুনা ঈকায় খুম্নবা উৎপীরে।

লমসিদা মহাক্না পুঙ্গিগী হিংনবনা অমদি মীয়ামগী থৌগল ফংদুনা লাকপনা ঙসিদি মণিপুরগী মশক নাইরবা মীওই কয়া মহাক্কী মখুৎমক্লা পুথোক্লে। নট সঙ্কীর্ত্তন (ঈশ্বর) গগী মরক্তা মরী অমা থম্বা ঙম্মী। লোয়ননা মীওইবা মশেলগী মরক্তা নুংশিননবা হোৎনবদা অচৌবা মতেং পাংই। মীওইবী লমচৎ শেমদোকপদসু চাউনা মতেং পাংবিবা শিনফমসি মীওই খরনা শেঞ্জা থুমজারোমদা শঙ্খ-পঙ্গগী মায়ক্লা পুশিন্নবা হাংনবদি পামদে হায়না ফোঙদোক্লে।

অমনা মতমদুদা তম্বা লাইরিক অমত্তা মহাক্কী ওইনা লৈতবনা ওজানা মঙোন্দা ঙাউবদা মহাক ঈকায়বা কয়া নংখি। মসিনা মরম ওইরগা মহাক্কী মাম্মা থোকপা মোইরাংথেম মৈজাও অমদি মোইরাংথেম দুদুদগী ৱাইদুনা শীজিন্নখি। লাইরিকশিং অদুসু খুৎনা ইবা অদুগা উপাক্লা পাদম পানবা লাইরিকনি। মতম খরা তম্লবা মতুংদা লাইরিক অমুক লৌখিবদগী নীংবা কায়হৌখি। মদুগী তুংদা অপোকপা মপানা 'বোনবিহার' কৌবা লাইরিক অমা লুপা ৮ দা লৈদুনা অমুক ওজা য়াইস্কুলদা তহনখি। মদুগী তুংদা অপোকপা মপাগী সেবক ওইরিবা