থম্মোয় পাউদম | হুইয়েন ইন্দু

নুং-পান তায়ওন্নবা

‘মুম্বই’দা লৈবা ঐগী মরুপ অমগী খুথাঙদা খঙনখিবা অতোপ্পা মরুপ অমা (দাক্তর জীতেন্দ্র) থা খরগী মমাঙদা তেলিফোন’দা ৱারী শানখি। মহাক, মেদিকেল টিম অমগী শরুক অমা ওইনা মণিপুরদা লাক্লম্বদা, মতাং মতমনা য়াদদুনা, ইম্ফালদা উন্নবা ঙম্লমদবদুগী নুংঙাইতবা ফোঙদোক্লকপনি। রিগ্রেৎ-মেসেজ পীরকপনি। ‘আই’ম সোরি’ হায়রকপগা লোয়ননা ঐহাকসু মতাং চাবদা মুম্বইদা লাক্লবা বার্তন তৌরকপনি। ঐহাক দাইবেটিক পেসেন্ট অমনি খঙনা, ‘দাক্তর পন্নিক্কর’ কৌবা মহাক্কী মরুপ, মমিং চৎলবা দাইবেটোলোজিষ্ট’দুগী মনাকতা কনসল্ট তৌবা ওইনা কোয়রক্লবা হায়রকপদুদা ঐনা ‘মুম্বই সহরদা কোয়বগী অৱাবসি লৈফম (হোটেল)গী মমলদুনি’ হায়রুবদা, মথংগী খোঙচৎতদি মঙানি/তরানি ওইরবসু মহাক্কী য়ুমদা লৈরোলাউ হায়না ওফর তৌরকখিবদু নীংশিংই। ‘জুন থাদা লাকপা ঙম্ব্রা য়েংগে’- খম্বদনা হায়দোকখিবনি। ত্রাভেল-প্লান শেল্লগা হায়খিবা নত্তে।

নহান, নিংথৌকাবা নুমীৎ, মে ৩০, ২০২২ নুংথিল পুং ২.৩০ অদুৱাইদা খঙহৌদনা ফোন লাকখি... ‘জুন থাগী মুম্বই প্রোগ্রাম শোয়দ্রবরা.. তারিখ কয়াদা থুংলরগনি... দাক্তর পনিক্করগী এপোইন্টমেন্ট লৌগদবনি’...। ঐহাক ঈকায়খি। থৌরাং অমা তৌদনা হেক্তা হায়জীনগনবা ইতৌদু, ইথন্তা নিন্দা তৌজরকখি। তৌবগীদি ইতৌ অসি ইথন্তগী নত্তে। ঐনা লৈরিবা খুন্নাইসিগী খূৎশেমনি। হন্দকমুক্তি মরুপ্তুগী মফমদা ওইদবা ৱা হায়নীংদ্রে। খুমখি... ‘সূগর লেবেল নৌনা চেক তৌরগা অরেপ্পা অমা খঙহল্লক্লগে, অদুবু, হৌজিকমক্কী ওইনদি সুগর-প্রোব্লেম নত্তে ঐনা মায়োক্লরিবা, তূম্বা য়াদবা (ইনসোমনিয়া) অসিনি হেন্না লুবা সমস্যা’...। ফনা কুইনা ৱারী শাই। টেব্লেট অদু চাও, অদা তৌ- করিমত্তা হায়রকখিদে। ‘মেদিকেসন’গী ৱা হায়রকখিদে, ‘মেদিটেসন’- তূম্বা য়াদবগী লায়েং পাম্বে অমা ওইনা শীজিন্নবদা কান্নবা ফংখিবগী ৱারী লীরকখি। লোইশিল্লকপদা, মুম্বই ভিজিৎ প্রোগ্রাম মাঙজৌননা খঙহল্লক্লবা হায়রকখিবদু, অকক্লবা মতম থাখিদে। খনবদি খনখি- হন্দক্তি ঐ ইশানা ইশাদা মীনম্লরোই... থা অমা নৎত্রগা অনীসিগী মনুংদা শোয়দনদি চৎলুরগে।

দাক্তর জীতেন্দ্রগী তেলিফোন- কোল অমদি শাংতক তৌবা তেলিফোনিক তোক অদুনা অতোপ্পা ৱাখল অমগী মরু হুলহল্লে... ‘মেদিটেসন তৌবনা তূম্বদা অকায়বা পীরিবা ঐগী ৱাখল অসি খলহন্দবা ঙমগদ্রা... প্রাক্টিস অসি তৌরগা ঐহাক তূম্বা য়াগদ্রা...?’ অসিনচিংবা। তূম্বা য়াদবা, ইনসোমনিয়া হায়বসিগী মরম, অখঙ-অহৈ-থিজিন-হুমজিন-তৌবশিংগী মতুংইন্না, মরু ওইবা অনীনি হায়- (১) ৱাখল-লৈতাদবা/লাংতক্লবা (এনজাইটি), নৎত্রগা (২) হকচাংগী ওইবা অনাবা (ক্রোনিক এইলমেন্ট/দিজিজ) অমা। ৱাফমসিগী অচুম-চুমদা প্রোফেসনেলশিংনা নৈনরসনু। ৱাহৈ মখা তাজরোই। স্পিরিচ্যুঅল গুরুশিংনা মেদিটেসন (ধ্যান তৌবা)গী মরমদা হায়বা ৱা, আ মথায় থায়না মমাংঙৈ, চহী লীশিং কয়াদগী হায়নরকপা, ৱারী লাইরিকশিংদগী তারক্লে। ঙসিসু তারি। বেঙ্গলোর’দা বেজ তৌবা রবি-শঙ্করগী ‘আর্ট ওফ লিভিং’, থোইদোক্লা মমিং চৎলি। অকনবা হাইপর-টেন্সনগী ভিক্টিম ওইরুরবা, দিপ্রেসনগী থাক য়ৌনা কুমথরুরবশিংদগী, আর্ট-ওফ-লিভিং’গী আশ্রম’দা মেদিটেসন তৌরুরবশিংদগী হকথেংননা পাউদম তাখরে। পোজিটিভ ওইবা রিপোর্টমক্তনি। ঐসু খল্লি হৌজিকমক- সদগুরুগী ইসা-ফাউন্দেসনগী আশ্রমদা চয়োল খরা মেদিটেসন প্রাক্টিস তৌরুসিরা ! ৱাখলতমক খনবা, থবক ওম্থোকপা ঙমদবা ইতৌসিনা মীমান্নদ্রিবনি হায়বা খঙজবদুনা, মসিসু মোন্দ্রঙ তাগদ্রা চিংনৈ।

ঙাওচৎনবগী থাক অদু নকশিল্লক্লবসিমক্তদা হৌজিকসু খল্লক্লিবসিনি- মেদিটেসন হায়বসি করিনো? মেদিটেসন তৌরিঙৈ তৌগদবসি করিনো? সদগুরুনদি হায়... অয়ুক খৃদিং মহাক মেদিটেসন তৌদুনা মহাক্কী পুক্লিং-ৱাখলদা লৈরিবা ৱাখল পূম্নমক কাউথোক্তুনা অঙৌবা চেবাঙ অমা ওম্থোকই, করিমত্তা লৈহন্দে...। ঐখোয়গী ৱাখলদা লৈরিবা ‘গৌতম-বুদ্ধ’গী শক্তমসু, মমিৎ চেজেৎ উইশিল্লগা, ধ্যান তৌদুনা ফম্লিবা শক্তম অদুনি।

ইথন্তা, তূমীন, অচিকপদা ফমদুনা মীৎ উইশিল্লগা করিমত্তা তৌদনা লৈবা... অদুবু নৎত্রা, ঐখোয়না ‘মেদিটেসন’ হায়না খঙনরিবা? করিমত্তা খন্দবা, করিমত্তা তৌদবা, করিমত্তা য়েংদবা, করিমত্তা তাদবা ! অদুবু, মেদিটেসন তৌরিঙৈ ‘অচিকপগী খোঞ্জেল’ হায়বা অমা তায়, নৎত্রগা, মীৎনা উবা ঙমদবা ইশাগী অমদি তাইবংসিগী তোপ তোপ্পা শক্তম অমা উরকই- অসূম্লসু হায়নৈ। অহুমশুবা মীৎ অমসুং তরুকশুবা সেন্স হায়নরিবদু মদু ওইবা তাই। মপান্থোংগী শক্তম অসি নত্তবা, ঐখোয় পূম্নমক্কী ‘নুংগী ওইবা শক্তম’ (ইন্নর বিইং) অদু উবা/খঙবা ঙম্লবগীদমক্তা ‘মেদিটেসন’ তঙায়ফদবা প্রাক্তিস অমনিসু হায়নৈ। মসিদনি ঐনা চমম্লরিবা। মেদিটেসন হায়বদি ‘দুইং নথিং’- করিমত্তা তৌদবা ! ইশানা ইশাবু নৎত্রগা তাইবংসিবু নুংফাওনা য়েংনবা, অহুমশুবা মীৎ নৎত্রগা তরুকশুবা সেন্স শীজিন্নদুনা য়েংননবা হোৎনবা-হায়বসিদা ঐহাক, নহাক মহাক অদু করিগুম্বা খরা তৌরি... করিগুম্বা খরা খঙননবা হোৎনরি। মদু মেদিটেসন ওইফম থোক্তে। রাবন’না করিগুম্বা শক্তি খরা ফংনবা অকনবা তপশ্যা তৌখিবা, দেব/দেবতা/ঈশ্বরশিংনা পেনবীরদুনা ‘বরদান’ কয়া পীখিবগী ৱারীদু, নহা ওইরিঙৈদদি রাবনগী ‘মেদিটেসন তৌবা ঙম্ব’গী থোইদোকপা শক্তি ওইনা লৌরম্মী। ঙসিদি খল্লকই- মহাক্কী সেল্ফ-ইগো ৱাংনবা, অপাম্বা-মিহৌবা (দিজাইর) অমনা ইনশিল্লগা তৌখিবা থবক্কি, মেদিটেসন নত্তে। রোবিন শর্ম্মগী বেষ্ট-সেল্লর-নোভেল ‘দ মোঙ্ক হু সোল্ড হিজ ফেরারি’ মিংথোনবদুদা ‘জুলিয়ন’ (প্রোতাগোনিষ্ট’না অমেরিকাদা, মায় পাক্লবা লোয়র-শিনফমদু থাদোক্লম্লগা ইন্দিয়াদা লাক্তুনা হিমালয়গী চীংনুংগী-আশ্রম অমদা মেদিটেসন তৌখিবা, ‘আতর-গুলাব’-লৈদুগী ফজবা কদায়দনো থিবগী লৈকানুংদা চঙলুবগী মতাংদু, মতমদুদদি ফনা নুংঙাইখি। ঙসিগী মাইন্দ-সেত অসিদদি নুংঙাইবা ঙমদরে। খল্লি- মেদিটেসন নত্তে মাগীদু। ‘দুইং নথিং’ হায়বদি- করিমত্তা খন্দবা, করিমত্তা তৌদবা, অপাম্বসু য়াওদবা, অনীংবসু লৈতবা, ঈশ্বরবুসু নীংশিংদবা... নীংশিংবা হায়বা থৌওংদুফাও তৌদবা ! অদুবু কৌই- মেদিটেসন ! লাল্লব্রা?

টেন্সন-ফ্রী ওইনবা, তূম্বা য়াদবসি য়ানবা ‘মেদিটেসন’, কান্নবা পাম্বে অমনি হায়নরকপদুদা প্রাক্টিস তৌগে হোৎনরুই। ওম্থোকপনি ! হেন্না তূম্বা য়াদনবা মরম অমা ওইররে। ‘ৱাজগে-নরান-খুরুম্লই’ হায়বদুমক থোক্লরে।

লৌশিং পুক্কে

কেন্সর লায়নাদগী মাঙজৌননা

ঙাকথোকহৌবা ঙমগদবা চেকশিন থৌরাংশিং খঙমিন্নসি

ইন্দিয়াদা কেন্সর লায়নাগী মশিং হেনগৎলকপদগী খুদোংথিনিংঙাই ওইবা ফীভম অমা মায়োক্লরক্কদৌরি। ইন্দিয়ন কাউন্সীল ওফ মেদিকেল রিছার্চ (আই সী এম আর) ইন্দিয়া কেন্সর রিপোর্ট মতুংইন্না নুপা ৮ খুদিংগী মনুংদা অমা অমসুং নুপী ৯ খুদিংগী মনুংদা অমা পুন্সিগী তাঙ্কক অমা নৎত্রগা অমদা কেন্সর নারকপা য়াবগী ফীভম লৈ হায়রি।

রিপোর্ট অদুনা হায়খি, কুমজা ২০১৬ তা কেন্সরগী অনৌবা কেস লাখ ১৪.৫ অমসুং কুমজা ২০২০ দনা কেস লাখ ১৭.৩ হেনগৎলক্লগনি। চহী অসিগী মনুংদা কেন্সরনা মরম ওইরদুনা

ইন্দিয়াগী মীওই লাখ ২.৩৬ শিহল্লগনি হায়নসু রিপোর্ট অদুনা ফোঙদোকখি।

চহী অসিগী মনুংদা নৌনা থেংনরকখিবা কেন্সরগী কেস চাদা ১০ (লাখ ১.৫) রোম ব্রেষ্ট কেন্সরনি। মতৌ অসুম্না কেন্সর মখল খুদিংমক্কী মনুংদা ব্রেষ্ট কেন্সরনা মকোক ইথং থংনা লৈরে। মতম অমদা খ্বাইদগী মশিং য়াম্না থেংনরম্বা সর্ভাইবেল কেন্সরনা হৌজিক অহুমশুবদা লৈরে। লংস কেন্সরনা অনীশুবদা লৈরি।

সর্ভাইকেল কেন্সরগী মতাংদা পাক শন্না ভেক্সিনেসন প্রোগ্রাম পায়খৎপগা লোয়ননা মীপুম খুদিংমক ৱাখল তাহনবদগী কেন্সর মখল অসি মশিং হন্থরক্লবসু হীদাক মনাগী পোৎলম শীজিন্নবদগী অতৈ অতোপ্পা কেন্সরগী কেস চাদা ৩০ রোম হেনগৎলক্লে হায়না আই সী এম আরগী ডা. এ নন্দকুমারনা ফোঙদোকখি।

নুপীশিংদা ব্রেষ্ট কেন্সরনা খ্বাইদগী চাং ৱাংবা থেংনরবসু নুপাগী ওইনদি মাউথ কেন্সরনা খ্বাইদগী চাং ৱাংলম্মী। লংস কেন্সরনা অনীশুবদা লৈ হায়রি। কেন্সর মখল অনীমক হীদাক মনাগী পোৎলম শীজিন্নবদগী ওইরকপনি। মসিগী হেক মথংদা নুপা-নুপী অনীমক্তা খ্বাইদগী চাং ৱাংনা থেংনবদি গ্যোষ্ট্রোইন্টেষ্টিনেল কেন্সরনা ওইরম্মী।

ওল ইন্দিয়া ইনষ্টিট্যুট ওফ মেদিকেল সাইন্সেস (এইমস) তা ওনকোলোজি দিপার্টমেন্টকী হেদ ওইনা লৈরম্বা ডা. জি কে রাথনা হায়খি, নোংচুপলোমগী চাকচা-য়ুথক মতৌ তম্লকপদগী ইন্দিয়ন নুপাশিংনা কেন্সরগী চাং ৱাংখৎলকপনি। খুদম ওইনা হায়রবদা লৈবাক অসিগী মীওই অয়াম্বা উহৈ-ৱাহৈ অমসুং মনা-মশিং চাবগী চাং হন্থরকপগা লোয়ননা শা-ঙা চাবগী চাং ৱাংখৎলক্লে।

অমরোমদা, মসচসেটস জেনরেল হোস্পিটাল, হার্ভাদ মেদিকেল স্কুল অমসুং হার্ভাদ টি ঐচ চেন স্কুল ওফ পব্লিক হেল্‌ঠকী রিছার্চরশিংনা হায়খি, মদুদি চাং নাইনা হকচাং শাজেল তৌবগা লোয়ননা য়ু থকপগী হৈনবী থাদোকপনচিংবা পুন্সি মহিংগা মরী লৈনবা চেকশিন থৌরাং লৌখৎলবদি কেন্সরগী কেস চাদা ৪০ রোম মাঙজৌননা ঙাকথোকপা ঙমগনি।

রিছার্চরশিংনা হায়খি, য়ু থকপা অমসুং মৈখু শীজিন্নবগী হৈনবী থাদোকপগা লোয়ননা চাং নাইনা হকচাং শাজেল তৌদুনা বোদি ৱেথ হন্থহল্লবদি কেন্সরগী কেস অয়াম্বা মাঙজৌননা ঙাকথোকপা ঙমগনি।

মালেমগী তোঙান তোঙানবা মফমদা লৈবা নুপা ৪৬,৩৯৯ অমসুং নুপী ৮৯,৫৭৭ দা ষ্টদি চথরবা মতুংদা ৱাফম অসি খঙলকপনি। জর্নেল ওফ অমেরিকান মেদিকেল এসোসিএসন (জে এ এম এ) দা ফোঙলকখিবা ষ্টদিগী রিপোর্টনা হায়খি, মীপুম খুদিংমক চাকচা-য়ুথক ফজবগা লোয়ননা চাং নাইনা হকচাং শাজেল তৌদুনা পুন্সি মহিং শেমদোক্লবদি কেন্সরগী কেস অয়াম্বা মাঙজৌননা ঙাকথোকপা ঙমগনি।

আর্টিকল অসি রিলাইএবল সোর্সতা য়ুম্ফম ওইরগা ফোঙবনি, অদুবু মসিনা মেদিকেল প্রোফেসনেলশিংগী পাউতাককী মহুৎ শিন্নবা হোৎনবদি নত্তে

থবক্তগী পোথারবা জেকি রুইভা অমদি লার্নেট চোংলোই তরাম্না ওকখ্রে

ইম্ফাল, মে ৩১ (ঐচ এন এস):

রিটায়র্দ নেহরু যুব কেন্দ্রগী ওফিসরশিংনা শীল-লাঙদুনা ক্বাকৈথেল থিয়াম লৈকায়দা রিজনল দিরেক্টর গুৱাহাতিদগী থবক্তগী পোথারকখ্রবা জেকি রুইভাবু ওকপগী থৌরম অমা পাঙথোকখিবগা লোয়ননা চাক্লেন অমসু চামিন্নখ্রে হায়রি।

থৌরম অদুগী মনুং চন্না একাউন্টেন্ট নেহরু যুব কেন্দ্র সেনাপতিগী রিটায়র্দ তৌরকখ্রবা লার্নেট চোংলোইবুসু তরাম্না ওকখি। থবক্তগী পোথারবা মখোয় অনীবু তরাম্না ওকপগী থৌরম অদুদা এন ৱাই কেগী য়ুথ কোওর্দিনেটর লাইশ্রম চিত্রা, গৌরকিশ্বর, কুমার অমদি লম্মননচিংবসু শরুক য়াখি।

থবক্তগী পোথারবা জেকি রুইভা অমদি লার্নেট চোংলোই তরাম্না ওকপগী থৌরম অদুদা শরুক য়াখিবা মীওইশিংনা থৌরম অদুগা মরী লৈননা মখোয়গী ওইবা পূক্লিংগী তোঙান তোঙানবা ৱারোলশিং ফোঙদোক্ল খিবগা লোয়ননা মখা তারকপা পুন্সিদা মখোয়না পাঙথোক্লিংলিবা অমদি পাঙথোকমিন্নবা য়াবা থবক থৌরমশিংগী মতাংদসু ফোঙদোক্লখিবগা লোয়ননা মখোয়না তোঙান তোঙানবা মফমশিংদা থবক তৌরিঙৈ মতমদা থেংনরকখিবা এক্সপরিয়েন্সশিংসু ফোঙদোক্লদুনা থবক্তগী পোথারক্লিবা মীওইশিং পুনশিল্লগা পাঙথোক্লিংবা থবক থৌরমশিংগী মতাংদসু খন্ন-নৈনখি।

ৱর্ল্ড নো টোবেকো দেগী থৌরম পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, মে ৩১ (ঐচ এন এস):

ৱর্ল্ড হেল্থ ওর্গানাইজেসন (দব্লিয়ু ঐচ ও)না পীবা ‘টোবেকো: থ্রেট টু অৱার ইনভাইরনমেন্ট’ হায়বা থীমদা ঙসি মালেমগী তোঙান তোঙানবা মফমশিংদা ‘ৱর্ল্ড নো টোবেকো দে’গী থৌরম পাঙথোকপগী শরুক অমা ওইনা কোলিসন এগেনষ্ট দ্রগস এন্দ অলকোহোল (কাদা)নসু কোনুং মমাঙ পুরৈরোম্বা খোংনাং মখোঙদা লৈবা কাদাগী হেদ ওফিসকী কনফরেন্স হোলদা অয়ুক পুং ১১ তাবা মতমদা পাঙথোকখ্রে হায়না কাদাগী ইনফোর্মেসন এন্দ পব্লিসিটি সেক্রেটরি খুন্দোংবম আনন্দ দনা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

থৌরম অদুদা মণিপুর পিছ এন্দ ইন্টিগ্রিটি কাউন্সীল (মপি কাউন্সীল) গী প্রসিদেন্ট কে সী রোমিওনা প্রসিদেন্ট; কাদাগী প্রসিদেন্ট হিজম প্রিয়োকুমারনা ফঙ্কসনল প্রসিদেন্ট; থৌবাল দিষ্ট্রিক্ট য়ুনাইটেদ ৱিমেন্স দিভেলপমেন্ট ওর্গানাইজেসন (থৌবাল ইমা)গী প্রসিদেন্ট সাপম ওংবী বিমোলা অমসুং অপূনবা নুপী লূপ (অনুল) বিষ্ণুপুরগী প্রসিদেন্ট লৌরেম্বম ওংবী প্রমোনা গেষ্ট ওফ ওনর ওইনা শরুক য়াখি।

থৌরমগী নুংগী ওইবা ৱারোল পীরদুনা কাদাগী সেক্রেটরি জেনরেল গীতচন্দ্র মঙাংনা হায়খিবদা, হিদাক মনাগী পোথোক পুথোকপদা, চাবদা অমদি মাগী লেমহৌখাকশিং অসিনা অচৌবা প্রোব্লেম অমা ওইহল্লি। হিদাক মনাগী পোথোক পুথোক্লবা হোৎনবদা পাক চাউনা উমং কয়া কোকথোকই। মসিনা গ্লোবেল ৱার্মিং থোকহন্দুনা মালেমগী অঙৈং-অশাগী খল কায়হল্লক্তুনা চাউনা চৈথেং পীরকই। লোয়ননা হিদাক মনা শীজিন্নবনা ঐখোয়গী হকচাংদা তোঙান তোঙানবা অনাবা কয়া পোকহল্লি। লং কেন্সর, ৱোম্ব কেন্সর, ব্লদ প্রেসর ৱাংহনবা অমদি দাইবেটিক পেসেন্ট অমা ওইরক্ল বগী অচৌবা মরম কয়া ওইহন্দুনা ঐখোয়গী হকশেলদা চাউনা চৈথেং পী অমসুং চুরচ থকপগী লেমহৌবা ফিল্টরগী শরুক অদু তুম্বা ঙমদবা পোৎশক অমা ওইবগা লোয়ননা অকোয়বগী ফীভম মোৎশিলহন্নবা অচৌবা মরম অমসু ওই। টোবেকো প্রদক্ট হায়বসি ময়াই কাবা চীঙ্গাক চারক্লবগী গেটৱেনি। মসি য়াম্না এদিক্টেদ ওইগনবা অমসুং কেন্সর থোকহনবা ঙম্বা কেমিকেল ৭০ রোম য়াওই হায়বা ৱাফমশিং ফোঙদোকখি।

গেষ্ট ওফ ওনর ওইনা শরুক য়াখিবী অনুলগী প্রসিদেন্ট লৌরেম্বম ওংবী প্রমোনা হায়খিবদা, হিদাক মনাগী পোৎলম শীজিন্নবদগী মীওই কয়া অরুবা লায়না কয়ানা নাহল্লি, খুন্নাইদা অচৌবা চৈথেং পীরক্লিবা অসি ঐখোয় পুননা তান্নমিন্নদুনা মপুং ফানা থিংনবা হোৎনফম থোকই। হিদাক মনানা অসুক য়াম্না চৈথেং পীরবা অসি ফাওবদা মণিপুর লৈঙাক্লা থওইদবসি য়ানিংদে হায়বা ৱাফমশিং ফোঙদোকখি।

থৌরম অদুদা গেষ্ট ওফ ওনর ওইখিবী থৌবাল ইমাগী প্রসিদেন্ট সাপম ওংবী বিমোলানা হায়খিবদা, লৈকায় লৈকায়দা হৌজিক লৈশাবী অমদি মৌ হায়বা লৈতনা পাক শন্না ক্বা জর্দা চারক্লে অমদি ক্বা জর্দা চাদুনা লেম্লবগুম ওইনা তৌনরক্লিবা চৎনবী অসি য়াম্নমক লাইবক থীবনি। মসিনা অঙাং পোক্লকপদা হার্টতা অহোবা লৈরকপা অমদি তোঙান তোঙানবা কেন্সর মখল কয়া নাহল্লি হায়বসি খঙজিনবগা লোয়ননা নুপী ওইবীশিংনা খরা হেন্না চেকশিনবা মথৌ তাই হায়নসু ফোঙদোকখি হায়রি।

‘লৌমী কল্লু, ফর্টিলাইজরগী দিল্লর অমদি এজেন্টশিং মথৌ তৌহল্লু’

ইম্ফাল, মে ৩১ (ঐচ এন এস):

লৌমী কল্লু, ফর্টিলাইজরগী দিল্লর অমদি এজেন্টশিং মথৌ তৌহল্লু হায়না ওল মণিপুর এগ্রিকলচর ৱার্করস য়ুনিয়ন (এ এম এ দব্লিয়ু য়ু)গী প্রসিদেন্ট এস নিলকমলনা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

চেরোল অদুনা মখা তারদুনা হায়, লৌমীশিংনা পাম্না শীজিন্নরিবা য়ুরিয়া ঙসিদি হিংদগী হেন্না তাঙলে। মতম অসিদা মণিপুর এপেক্স কোওপরেটিভ মার্কেটিং সোসাইটি লিমিটেদ, চিংমৈরোংগী গোদাউনদা লৌমীশিংগী মথৌ তাবা হার মরাং কায়না পৈদুনা খুঙ্গংগী লমদা অমদি চীংগী লমদা কোওপরেটিভ সোসাইটিশিং অমসুং লেম্পস, দিল্লর, এজেন্টশিংগী খুথাংদা লৌমীশিংনা মথৌ তাবা হার মরাং কায়না পৈদুনা খুঙ্গংগী লৌমীশিংনা হারশিং অদু য়াম্না মরাং কায়না লৈবা ফংনরম্মী। অদুবু হৌজিক্তি পুম্নমক অসিগী ওন্ন-তৈনবদা হান্নগী সিষ্টেম হোংদোকখিবনা মীওই খুজোক খরগী শেন্দালফম লম্বী য়াৎতুনা লৈরব্রা হায়বগী চিংনবা লৈরে হায়রি।

চেরোল অদুনা মখা তারদুনা হায়, নীংশিংবা য়াই মণিপুর অসি অপূনবা মীশিংগী চাদা ৭০দি লৌমীনি। মরম অদুনা লৌমী কনবনা গভর্ণমেন্টকী য়াইফবা ওইগনি। লৌমীশিংনা পোথোক হেন্না পুথোক্তুনা লমদম অসি ৱাত্ত-পাদবা ইরমদম অমা ওইগদৌরিবনি হায়বসি গভর্ণমেন্টনা খঙফম থোকই। লোয়ননা কোওপরেটিভ মুভমেন্ট চাউখৎহন্দুনা হান্নগুম ফর্টিলাইজরগী দিল্লর, এজেন্টকী খুথাংদা লৌমীশিংদা হার ফংহনবা মথৌ তাই। এগ্রিকলচর দিপার্টমেন্টনা প্রি-খরিফ অমদি খরিফ ২০২২গী দিষ্ট্রিক্ট ৱাইজ ফর্টিলাইজর এলোকেসন মণিপুরগী লৌমী মীয়ামদা মতম চানা ফংহল্লু হায়রি।

ন্যু দেল্লীগী অশোকা হোটেলদা ডা. নোংমাইথেম শান্তবু ভারত গৌরব শ্রী সমান এৱার্দ ২০২২ পীদুনা ঈকায়খুম্নখ্রে

ইম্ফাল, মে ৩১ (ঐচ এন এস):

লৈবাক অসিগী কোনুং ওইরিবা ন্যু দেল্লীগী অশোকা হোটেলদা থা অসিগী ২৯দা পাঙথোকখিবা চিং লেম্লবা থৌরম অমদা লমদম অসিগী সোসল ৱার্কর ডা. নোংমাইথেম শান্তদা ভারত গৌরব শ্রী সমান এৱার্দ ২০২২ পীদুনা অৱাংবা থাক্তা ঈকায়খুম্নবা উৎখ্রে।

এৱার্দ অসি ডা. নোংমাইথেম শান্তনা সোসল ৱার্ক অমদি ওন্ট্রপ্রেন্যুর অমা ওইনা মীয়ামগী শীংথানিংঙাই ওইবা থবক থৌরম কয়া তৌখিববু শকখঙলদুনা পীরকখিবনি। এৱার্দ অসি লোক সভাগী মেম্বর বিসেশ্বর, মিনিষ্ট্রি ওফ ত্রাইবেল এফ্যের্স ডা. অনুপম হজ্রা, ফোর্মর মেম্বর ওফ লোক সভা অমদি বি জে পিগী নেসনল সেক্রেটরি নিলম্বর অচার্য্যা অমদি ফোর্মর লো মিনিষ্টর এন্দ এম্বেসেদর ওফ নেপালনচিংবা শক্র

ইরিবা মীওইশিং অদুনা এৱার্দ অসি ন্যু দেল্লীগী অশোকা হোটেলদা পাঙথোকখিবা থৌরম অদুদা ডা. নোংমাইথেম শান্তদা খুৎশিন্নখিবনি।

এৱার্দ ফংলকখ্রবা ডা. নোংমাইথেম শান্ত ইম্ফাল ব্রেষ্ট দিষ্ট্রিক্টকী মনুং চন্না লৈবা সগোলতোংবা মখা লৈকায়দগীনি। মহাক ফাইনান্স এম বি এ লোইশিল্লবা মতুং হৌজিক হৌজিক কৃস্পা গ্রুপকী চ্যেরমেন ওইবদা নত্তনা কৃস্পা হেল্থ ক্যের এন্দ প্রাইভেট লিমিটেদকী দিরেক্টরসু ওইরি। ডা. নোংমাইথেম শান্ত বিজি নেসতা ডোক্টরেট ফংদুনা হৌরক্লিবা নহারোল কয়াবু হীরম অসোমদা অশানবা মীৎয়েং থমদুনা ৱার্ক কলচর অমা শাগৎনবা হোৎনরিবা মীশক অমনি। লোয়ননা সোসল ৱার্কর অমা ওইনসু থবক তৌরি। মহাক্না কথোকপা অমগা লোয়ননা খুন্নাইগী তৌখিবা থবকশিং অদুগী মতুংইন্না ডা. অম্বেদকর নেসনল এৱার্দ ফেল্লোশিপ ২০২০, নেসনল কোরোনা এৱার্দ ২০২১, ইন্টরনেসনল যোগ ষ্টার এৱার্দ ২০২১, রাষ্ট্রিয়া সমাজ সেবা রত্না এৱার্দ অমদি ইন্দো নেপাল ফ্রেন্দশিপ ইন্টরনেসনল এৱার্দ ২০২২নচিংবসু ফংখ্রে হায়রি।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
এসিষ্টেন্ট প্রোফেসর (বাইওষ্টেট) জেনিমস চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ০১।০৬।২০২২ ইং, য়ুমশকৈশা; ইঙাগী ২পানবা।

মেষ: চিন শোয়বনা লন ময়েং তাবা য়াবা, অশাওবনা কায়নবা নঙবা লৈরসু নীংবদি থুংগনি। য়েৎলম্বা ফদুনা শেল থুম ফংবা য়াবা লৈরে, মরুপ মপাং ফংজগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/কিসমিস

বৃষ: চিংনবা, হোয়া ফবনা লন ময়েং তাবা অমদি অনৌবা থৌরম পাঙবা য়াদবা লৈরসু অচুম্বনা মায় পাক্কনি। লৌশিং চাওবা মীগী ৱা কাওগনু, লাংতক্লবা ফাথৌ।
লৈশা পাখংশিংগী- য়েৎনবা পামগনু।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক

মিথুন: হরাওবা নুংঙাইবা, অফবা খোংশাল লৈবা, ললোন-ইতিক্তা চাওনা কান্নগদবা নুমিৎনি। থাজদনা নক্লবনা কোক চিকহনবা লৈরসু মীয়াম্নদি থাগৎপিগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশি মরী ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা

কর্কট: নচা-ননাইগী লমদা চাওখৎপা, অনিংবা থবক পাঙবগী নুংঙাইবা লৈগনি। অনম তান্দনা অমদি অকিবদি লৈতনা থৌনা ফুদোক্লা থৌপাঙউ মায় পাক্কনি।
লৈশা পাখংশিংগী- পুক্লিং ফাথনা লৈখো।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা

সিংহ: য়েক্লবনা খুরৌ থাংহনবা খরা লৈগনি-তহা তহাগনু। লেংদবা লন চাওখৎপগী নুংঙাইবা, ঙাঙবা শকপা/পোরম য়াৎপা হৈবা, থবক পাঙবসু লৈগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নীংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক

কন্যা: থবক পাঙবা, খুৎ চাওবগীসু কান্নবা, ৱানোম থৌনোম মায় পাকপা, নরল তাশিনবা য়াবা নুমিৎনি। অদুবু পাউ নুংঙাইবদি তাদবা, লৌশিং ফকচিনবা লৈ।
লৈশা পাখংশিংগী- মরী খরদি ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ নাপু/কিসমিস

তুলা: শকচু থোকপা ৱাৎকনি-নোল্লক্লা চৎলু, হোয়া ফগনু অমদি মীয়ামগা লোয়নবদা ঈরাং পুগনু। অরিবা থবক্তদি অকাইবা লৈরোই, ইমুং মনুং লোইনবা ফৈ।
লৈশা পাখংশিংগী- নশাগীতা খনগনু।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা

বৃশ্চিক: চিন কনগনু, অশাওবা লোয়নগনু অমদি অঙম অথৌগী মনাক নত্তবা ফৈ। অরং অরাক চেকশিল্লু। মীয়াম্নদি নুংশিবীগনি অমদি ইমুংগী ৱাদি অফবনি।
লৈশা পাখংশিংগী- য়াকা য়েংনা চৎলু।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/কিসমিস

ধনু: মায় পাক্কনি, খুৎচাও থাবা অমদি অশা চাওবা মতাং চারে। অফবা মীংচৎ ফংলনি, পাংঙমদবা থবক পাঙবৈ নুংঙাইজৈ, নক্লবা মীগী মতেং শোয়দনা ফংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- য়েৎনরম্বা ফরনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক

মকর: হরানবনা মরুপ মপাং কায়ননবা শিনবা অমদি মীতোপ থাজবা য়াদবা নুমিৎনি। অতৈ লম খুদিংদদি মায় পাক্কনি। ওইজ-ওইথক ফংগনি, লন চংই।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবা ফংই।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক

কুম্ভ: লায়বক ফবা ৱাৎতনবা অনম তানগনু অমদি হেন্না পামশিনগনু। নাপল অমদি অনম তানবনা অচানবা কাইনগনি অদুবু নথক থোংবগী ৱা তারদি চাওখৎকনি।
লৈশা পাখংশিংগী- পুক্লিং ফাথনা লৈউ।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাংবা

মিন: হায়বা ঙাঙবদা রাশি য়াওবা, মরুপ মপাং লোয়নবা থবকশিং মায় পাকচবা অমদি ইকাই খুম্নবা ফংবা নুমিৎনি। নথক থোংবনদি খোইরাং খোইশাওহনবা লৈ।
লৈশা পাখংশিংগী- খম্বরগা ঙাঙউ।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।