ꯍꯨꯏꯌꯦꯟ ꯂꯥꯟꯄꯥꯎ
ꯊꯥꯡꯖ, ꯃꯥꯔꯆ ꯰꯲, ꯲꯰꯲꯴, ꯏꯝꯐꯥꯜ
꯴꯷ ꯁꯨꯕꯥ ꯆꯍꯤ, ꯳꯳꯰ꯁꯨꯕꯥ ꯃꯁꯤꯡ
হুইয়েন লানপাউ
থাংজ, মার্চ ০২, ২০২৪, ইম্ফাল
৪৭শুবা চহী, ৩৩০শুবা মশীং

লো মেকরস

খঙলমগনি, হেন্নসু খঙহন্নীংই

মণিপুর লেজিসলেটিভ এসেমব্লিগী মেম্বর (এম এল এ) হায়বসি ষ্টেটসিগী লো মেকরশিংনি। ৰাফমসি হৌজিক ১২শুবা এসেমব্লিসিদা মেম্বর ওইরিবশিংনা লোইনা খঙলমগনি। লৈবাকসিগী দেমোক্রেসি নৎত্রগা পার্লিয়ামেন্টরি ফোর্ম ওফ গৱর্ণমেন্টকী মতুংইন্না এসেমব্লিদা মশীং য়াম্বা পোলিটিকেল পার্টি অমনা নৎত্রগা চুংশিন্নবা খূৎপুনা ষ্টেট লৈঙাক শেমদুনা খূৎপায়নজবগী ৰানি। মেজোরিটিনা লৈঙাক হকথেংননা পায়দুনা রুল্লিং ওইরবসু মাইনোরিটি ওপোজিসনদা লৈবা মেম্বরশিংগীসু অচৌবা থৌদাং লৈ। এক্ট ওন্দুনা চৎনহন্নবা লৈঙাক্কী মায়কৈদগী পুথোরকপা বিল পূম্নমক্কী অফ-ফত্ত খন্নবদা হাউসকী মেম্বরশিংনা শরুক য়াবা য়াই। মণিপুর মীয়ামগীদমক তঙাইফদনা এক্ট/রুল/লো অমা মথৌ তারকপদা রুল্লিং লৈঙাক্কী মায়কৈদগী এসেমব্লিদা ‘ইন্ত্রোদ্যুস/টেবল’ তৌরক্কুবা ফাওবদা রুল্লিং অমসুং ওপোজিসন হায়বা খায়দনা হাউসকী মেম্বর অমনা পুথোরক্কুনা মিৎনাকোং ওইহল্লকপসু য়াই। হাউসকী মেম্বর ওইরিবা এম এল এ/মিনিষ্টরশিংগী থবকশিংসি মশাগী মরী লৈনবা লোয়শঙশিংগী ওফিসলশিং/ষ্টাফশিংনা তৌগদবা ওল্ড এজ পেন্সনগী শেনফম ফংফম থোক্লিবা পেন্সনরশিংদা য়েন্থোকপা য়াওনা ষ্টেট অমসুং য়ুনিয়ন লৈঙাক্কী প্লান/প্রোজেক্ট/স্কিমশিংগী খনগৎলবা বেনিফিসরিশিং মখোয়গী ফংফম থোকপশিং ফংহনবা অমসুং য়েন্থোকপা খক্তা নত্তে। হায়রিবা থবকশিং অসিদি মরী লৈনবা লোয়শঙগী এমপ্লোয়ীশিংনা তৌজগদবনি। ইশম-শম্বদা লেজিসলেটিভ এসেমব্লি অমগী মেম্বর অমগী মতিক ময়াইসি ‘লো মেকর’ নি হায়দুনা শমজিন্না খ্বাইদগী থাক ৰাংনা মীঙ্গৌনবগী ৰানি। ওন্থোক্লা থাক ৰাংনা লৈখ্রবা থবক-থৌরম কয়াগী থৌবুরোইনি। মসিগী য়াল্লবা থৌগাইশিংসি চহী ৫গী ওইনা কোকথোংনগদৌরিবনি। মরমশিং অসিনা লেজিসলেটিভ এসেমব্লিগী মেম্বরশিংগী থৌদাংশিংসি চৎনরিবা লৈঙাক্লোনসিদদি ওন্থোক্না য়ামখ্রে। মণিপুরগী মশক অমসুং মায়ওন পূম্নমক হাউসকী মেম্বরশিংনা লেপকদবনি।

অদুবু মতাংসি য়ৌরকপদা তঙাইফদনা পলহৌদবা য়ারক্ত্রিবদি মণিপুর লেজিসলেটিভ এসেমব্লিগী মেম্বরশিংনা মসিগী লৈজরিবা চৎন-কাঙলোনশিং য়াওরিবা ‘রুলস ওফ প্রোসিজর এন্দ কন্দক্ট ওফ বিজিনেস’ তা য়াওরিবা রুলশিং মমুৎ তানা খঙবা, ঙাক্লা-ইন্দুনা চৎপগী ফজরবা মশক অমা লৈগদবনি হায়বসিনি। ৰাফমসি হায় হায়দুনা হৌজিক লৈরিবা ১২শুবা মণিপুর লেজিসলেটিভ এসেমব্লিগী মেম্বরশিংনা চৎন-কাঙলোনশিং অসি ঙাক্লা চৎত্রে অমসুং খোঙ্গাওনরে হায়বা নত্তে। হাউসকী মেম্বরশিংগী মরক্তগী মানা-মানা পায়রিবা ফম/পুরিবা থবক থৌরমশিংগী মতুংইন্না মচা খায়না-খায়না পীরিবা দ্যুটি, পৱার এন্দ ফঙ্কসনশিংগী ৰাংমদা ‘ওভর রুল’ তৌশিল্লকপা য়াওরক্লগদি থাক ৰাংলবা হাউসকী মশক থিহনবদা নত্তনা মণিপুর মীয়ামগী মায় খুনিংঙাই ওইরক্কনি। চাওখৎ-থৌরাংগা মরী লৈনবা থবকশিংগী ওইরগনা মীয়ামগী মাঙজবা ওইরক্কনি হায়বনি। মী অমগী লমচৎ-শাজৎকী অহানবা পিরাই ঙাক্তুনা য়াচল লাক্কদবা মফমসি মশাগী য়ূম্না ওইবগুম্না মেম্বর অমনা ইহান-হান্না ঙাক্লা ইন্দুনা চৎকদবসি হাউস অসিগী কন্দক্ট, ইথিক্স, প্রিভিলেজনচিংবনি। দেমোক্রেসিগী লাইশঙ (টেম্পল ওফ দেমোক্রেসি) গী মেম্বরশিংনা মসিগী রুলশিং ঙাক্লা চৎপা ঙমদ্রবদি করম্বা মফমগী নৎত্রগা লোয়শঙগী চৎন-পথাপশিংদি ঙাক্লক্কদগে? হায়রিবা থবকশিংসি য়াম্না মরু ওইনা হৌজিক চত্থরিবা ১২শুবা মণিপুর লেজিসলেটিভ এসেমব্লিগী মঙাশুবা মীফমসিদসু ময়েক শেংনা উহনগদবনি। উহন্দে, তৌদ্রে হায়বা নত্তে। করিগুম্বা মতমদা হাউসকী প্রেসাইদিং ওফিসরনা, হাউসকী লিদরনা, রুল্লিং অমসুং ওপোজিসনগী মেম্বরশিংনা হাউস অসিগী ফজরবা কাঙলোনশিংগী মথক্তা চৈ কানবা থবক-থৌওং অমত্তা চত্থরোইদবনি হায়বনি। হায়রিবা পূম্নমকসি ঙাক্লা চৎননবা হাউসকী প্রোসিদিং অমসুং রুলশিং মশক মুন্না খঙবা চংই। অদুবু মসিনা তুরেলগী লৈঙোইদগীসু হেন্না কূপ্পী হায়রবা ফাওবদা খ্বাইদগী মরু ওইরিবদি মতম চূপ্পদা অচুম্বা-অশেংবা তৌগনি, রুল, এক্ট অমসুং লো পূম্নমক ঙাক্লা চৎনীংবা, চৎপদুনি। ৰাখল্লোন অসিবু মতম চূপ্পদা লোয়নদুনা লৈরগদি অসিগুম্বা মেম্বরশিং লৈজবা ষ্টেটতুদি হীরম খুদিংমক্তা মাঙজিল থাবদা নত্তনা সনাগী মথক্তা তম্ফা থিনবা লমদম অমা শোয়দনা ওইহল্লক্কদৌরিবনি। মসিমক্লা ভোটিং রাইট ফংলবা মীপূম খুদিংমক্লা মীখলগী মতাংদা ‘রাইট পর্সন’ খলহৌসি হায়দুনা হেক হেক লাউনরিবদুনি। হান্না ওইরমদ্রবসু কোন্না ওইননবা হোৎনরকপদা মায় পাকপসু য়াওনখ্রবনি। রত্নাকরনা বাল্মিকি ওইখ্রিবনি। লুরিবসি পূক্লিং ৰাখলদুনি। ইশম শম্বদা ‘লো মেকর’ শিংনি হায়বসি মতম চূপ্পদা কাউথোকহন্নীংদে।

ꯂꯣ ꯃꯦꯀꯔꯁ

ꯈꯉꯂꯝꯒꯅꯤ, ꯍꯦꯟꯅꯁꯨ ꯈꯉꯍꯟꯅꯤꯡꯏ

ꯃꯅꯤꯄꯨꯔ ꯂꯦꯖꯤꯁꯂꯦꯇꯤꯚ ꯑꯦꯁꯦꯝꯕ꯭ꯂꯤꯒꯤ ꯃꯦꯝꯕꯔ (ꯑꯦꯝ ꯑꯦꯜ ꯑꯦ) ꯍꯥꯌꯕꯁꯤ ꯁ꯭ꯇꯦꯠꯁꯤꯒꯤ ꯂꯣ ꯃꯦꯀꯔꯁꯤꯡꯅꯤ॥ ꯔꯥꯐꯝꯁꯤ ꯍꯧꯖꯤꯛ ꯱꯲ꯁꯨꯕꯥ ꯑꯦꯁꯦꯝꯕ꯭ꯂꯤꯁꯤꯗꯥ ꯃꯦꯝꯕꯔ ꯑꯣꯏꯔꯤꯕꯁꯤꯡꯅꯥ ꯂꯣꯏꯅꯥ ꯈꯉꯂꯝꯒꯅꯤ॥ ꯂꯩꯕꯥꯛꯁꯤꯒꯤ ꯗꯦꯃꯣꯛꯔꯦꯁꯤ ꯅꯠꯇ꯭ꯔꯒꯥ ꯄꯥꯔꯂꯤꯌꯥꯃꯦꯟꯇꯔꯤ ꯐꯣꯔꯝ ꯑꯣꯐ ꯒꯚꯔꯅꯃꯦꯟꯇꯀꯤ ꯃꯇꯨꯡ ꯏꯟꯅꯥ ꯑꯦꯁꯦꯝꯕ꯭ꯂꯤꯗꯥ ꯃꯁꯤꯡ ꯌꯥꯝꯕꯥ ꯄꯣꯂꯤꯇꯤꯀꯦꯜ ꯄꯥꯔꯇꯤ ꯑꯃꯅꯥ ꯅꯠꯇ꯭ꯔꯒꯥ ꯆꯨꯡꯁꯤꯟꯅꯕꯥ ꯈꯨꯠꯄꯨꯅꯥ ꯁ꯭ꯇꯦꯠ ꯂꯩꯉꯥꯛ ꯁꯦꯝꯗꯨꯅꯥ ꯈꯨꯠꯄꯥꯌꯅꯖꯕꯒꯤ ꯔꯥꯅꯤ॥ ꯃꯦꯖꯣꯔꯤꯇꯤꯅꯥ ꯂꯩꯉꯥꯛ ꯍꯛꯊꯦꯡꯅꯅꯥ ꯄꯥꯌꯗꯨꯅꯥ ꯔꯨꯂꯤꯡ ꯑꯣꯏꯔꯕꯁꯨ ꯃꯥꯏꯅꯣꯔꯤꯇꯤ ꯑꯣꯄꯣꯖꯤꯁꯟꯗꯥ ꯂꯩꯕꯥ ꯃꯦꯝꯕꯔꯁꯤꯡꯒꯤꯁꯨ ꯑꯆꯧꯕꯥ ꯊꯧꯗꯥꯡ ꯂꯩ॥ ꯑꯦꯛꯠ ꯑꯣꯟꯗꯨꯅꯥ ꯆꯠꯅꯍꯟꯅꯕꯥ ꯂꯩꯉꯥꯛꯀꯤ ꯃꯥꯌꯀꯩꯗꯒꯤ ꯄꯨꯊꯣꯔꯀꯄꯥ ꯕꯤꯜ ꯄꯨꯝꯅꯃꯛꯀꯤ ꯑꯐ-ꯐꯠꯇ ꯈꯟꯅꯕꯗꯥ ꯍꯥꯎꯁꯀꯤ ꯃꯦꯝꯕꯔꯁꯤꯡꯅꯥ ꯁꯔꯨꯛ ꯌꯥꯕꯥ ꯌꯥꯏ॥ ꯃꯅꯤꯄꯨꯔ ꯃꯤꯌꯥꯃꯒꯤꯗꯃꯛ ꯇꯉꯥꯏꯐꯗꯅꯥ ꯑꯦꯛꯠ/ꯔꯨꯜ/ꯂꯣ ꯑꯃꯥ ꯃꯊꯧ ꯇꯥꯔꯀꯄꯗꯥ ꯔꯨꯂꯤꯡ ꯂꯩꯉꯥꯛꯀꯤ ꯃꯥꯌꯀꯩꯗꯒꯤ ꯑꯦꯁꯦꯝꯕ꯭ꯂꯤꯗꯥ 'ꯏꯟꯠꯔꯣꯗ꯭ꯌꯨꯁ/ꯇꯦꯕꯜ' ꯇꯧꯔꯛꯀꯨꯕꯥ ꯐꯥꯑꯣꯕꯗꯥ ꯔꯨꯂꯤꯡ ꯑꯃꯁꯨꯡ ꯑꯣꯄꯣꯖꯤꯁꯟ ꯍꯥꯌꯕꯥ ꯈꯥꯌꯗꯅꯥ ꯍꯥꯎꯁꯀꯤ ꯃꯦꯝꯕꯔ ꯑꯃꯅꯥ ꯄꯨꯊꯣꯔꯛꯀꯨꯅꯥ ꯃꯤꯠꯅꯥꯀꯣꯡ ꯑꯣꯏꯍꯟꯂꯛꯄꯁꯨ ꯌꯥꯏ॥ ꯍꯥꯎꯁꯀꯤ ꯃꯦꯝꯕꯔ ꯑꯣꯏꯔꯤꯕꯥ ꯑꯦꯝ ꯑꯦꯜ ꯑꯦ/ꯃꯤꯅꯤꯁ꯭ꯇꯔꯁꯤꯡꯒꯤ ꯊꯕꯛꯁꯤꯡꯁꯤ ꯃꯁꯥꯒꯤ ꯃꯔꯤ ꯂꯩꯅꯕꯥ ꯂꯣꯌꯁꯉꯁꯤꯡꯒꯤ ꯑꯣꯐꯤꯁꯂꯁꯤꯡ/ꯁ꯭ꯇꯥꯐꯁꯤꯡꯅꯥ ꯇꯧꯒꯗꯕꯥ ꯑꯣꯜꯗ ꯑꯦꯖ ꯄꯦꯟꯁꯟꯒꯤ ꯁꯦꯟꯐꯝ ꯐꯪꯐꯝ ꯊꯣꯛꯂꯤꯕꯥ ꯄꯦꯟꯁꯅꯔꯁꯤꯡꯗꯥ ꯌꯦꯟꯊꯣꯛꯄꯥ ꯌꯥꯑꯣꯅꯥ ꯁ꯭ꯇꯦꯠ ꯑꯃꯁꯨꯡ ꯌꯨꯅꯤꯌꯟ ꯂꯩꯉꯥꯛꯀꯤ ꯄ꯭ꯂꯥꯟ/ꯄ꯭ꯔꯣꯖꯦꯛꯠ/ꯁ꯭ꯀꯤꯃꯁꯤꯡꯒꯤ ꯈꯅꯒꯠꯂꯕꯥ ꯕꯦꯅꯤꯐꯤꯁꯔꯤꯁꯤꯡ ꯃꯈꯣꯌꯒꯤ ꯐꯪꯐꯝ ꯊꯣꯛꯄꯁꯤꯡ ꯐꯪꯍꯟꯅꯕꯥ ꯑꯃꯁꯨꯡ ꯌꯦꯟꯊꯣꯛꯄꯥ ꯈꯛꯇꯥ ꯅꯠꯇꯦ॥ ꯍꯥꯌꯔꯤꯕꯥ ꯊꯕꯛꯁꯤꯡ ꯑꯁꯤꯗꯤ ꯃꯔꯤ ꯂꯩꯅꯕꯥ ꯂꯣꯌꯁꯉꯒꯤ ꯑꯦꯃꯞꯂꯣꯌꯤꯁꯤꯡꯅꯥ ꯇꯧꯖꯒꯗꯕꯅꯤ॥ ꯏꯁꯝ-ꯁꯝꯕꯗꯥ ꯂꯦꯖꯤꯁꯂꯦꯇꯤꯚ ꯑꯦꯁꯦꯝꯕ꯭ꯂꯤ ꯑꯃꯒꯤ ꯃꯦꯝꯕꯔ ꯑꯃꯒꯤ ꯃꯇꯤꯛ ꯃꯌꯥꯏꯁꯤ 'ꯂꯣ ꯃꯦꯀꯔ' ꯅꯤ ꯍꯥꯌꯗꯨꯅꯥ ꯁꯃꯖꯤꯟꯅꯥ ꯈ꯭ꯕꯥꯏꯗꯒꯤ ꯊꯥꯛ ꯔꯥꯡꯅꯥ ꯃꯤꯉꯒꯧꯅꯕꯒꯤ ꯔꯥꯅꯤ॥ ꯑꯣꯟꯊꯣꯛꯂꯥ ꯊꯥꯛ ꯔꯥꯡꯅꯥ ꯂꯩꯈ꯭ꯔꯕꯥ ꯊꯕꯛ-ꯊꯧꯔꯝ ꯀꯌꯥꯒꯤ ꯊꯧꯕꯨꯔꯣꯏꯅꯤ॥ ꯃꯁꯤꯒꯤ ꯌꯥꯜꯂꯕꯥ ꯊꯧꯒꯥꯏꯁꯤꯡꯁꯤ ꯆꯍꯤ ꯵ꯒꯤ ꯑꯣꯏꯅꯥ ꯀꯣꯛꯊꯣꯡꯅꯒꯗꯧꯔꯤꯕꯅꯤ॥ ꯃꯔꯃꯁꯤꯡ ꯑꯁꯤꯅꯥ ꯂꯦꯖꯤꯁꯂꯦꯇꯤꯚ ꯑꯦꯁꯦꯝꯕ꯭ꯂꯤꯒꯤ ꯃꯦꯝꯕꯔꯁꯤꯡꯒꯤ ꯊꯧꯗꯥꯡꯁꯤꯡꯁꯤ ꯆꯠꯅꯔꯤꯕꯥ ꯂꯩꯉꯥꯛꯂꯣꯟꯁꯤꯗꯗꯤ ꯑꯣꯟꯊꯣꯛꯅꯥ ꯌꯥꯝꯈ꯭ꯔꯦ॥ ꯃꯅꯤꯄꯨꯔꯒꯤ ꯃꯁꯛ ꯑꯃꯁꯨꯡ ꯃꯥꯌꯑꯣꯟ ꯄꯨꯝꯅꯃꯛ ꯍꯥꯎꯁꯀꯤ ꯃꯦꯝꯕꯔꯁꯤꯡꯅꯥ ꯂꯦꯞꯀꯗꯕꯅꯤ॥

ꯑꯗꯨꯕꯨ ꯃꯇꯥꯡꯁꯤ ꯌꯧꯔꯀꯄꯗꯥ ꯇꯉꯥꯏꯐꯗꯅꯥ ꯄꯜꯍꯧꯗꯕꯥ ꯌꯥꯔꯛꯇ꯭ꯔꯤꯕꯗꯤ ꯃꯅꯤꯄꯨꯔ ꯂꯦꯖꯤꯁꯂꯦꯇꯤꯚ ꯑꯦꯁꯦꯝꯕ꯭ꯂꯤꯒꯤ ꯃꯦꯝꯕꯔꯁꯤꯡꯅꯥ ꯃꯁꯤꯒꯤ ꯂꯩꯖꯔꯤꯕꯥ ꯆꯠꯅ-ꯀꯥꯡꯂꯣꯟꯁꯤꯡ ꯌꯥꯑꯣꯔꯤꯕꯥ 'ꯔꯨꯂꯁ ꯑꯣꯐ ꯄ꯭ꯔꯣꯁꯤꯖꯔ ꯑꯦꯟꯗ ꯀꯟꯗꯛꯠ ꯑꯣꯐ ꯕꯤꯖꯤꯅꯦꯁ' ꯇꯥ ꯌꯥꯑꯣꯔꯤꯕꯥ ꯔꯨꯂꯁꯤꯡ ꯃꯃꯨꯠ ꯇꯥꯅꯥ ꯈꯉꯕꯥ, ꯉꯥꯛꯂꯥ-ꯏꯟꯗꯨꯅꯥ ꯆꯠꯄꯒꯤ ꯐꯖꯔꯕꯥ ꯃꯁꯛ ꯑꯃꯥ ꯂꯩꯒꯗꯕꯅꯤ ꯍꯥꯌꯕꯁꯤꯅꯤ॥ ꯔꯥꯐꯝꯁꯤ ꯍꯥꯌ ꯍꯥꯌꯗꯨꯅꯥ ꯍꯧꯖꯤꯛ ꯂꯩꯔꯤꯕꯥ ꯱꯲ꯁꯨꯕꯥ ꯃꯅꯤꯄꯨꯔ ꯂꯦꯖꯤꯁꯂꯦꯇꯤꯚ ꯑꯦꯁꯦꯝꯕ꯭ꯂꯤꯒꯤ ꯃꯦꯝꯕꯔꯁꯤꯡꯅꯥ ꯆꯠꯅ-ꯀꯥꯡꯂꯣꯟꯁꯤꯡ ꯑꯁꯤ ꯉꯥꯛꯂꯥ ꯆꯠꯇ꯭ꯔꯦ ꯑꯃꯁꯨꯡ ꯈꯣꯡꯒꯥꯑꯣꯅꯔꯦ ꯍꯥꯌꯕꯥ ꯅꯠꯇꯦ॥ ꯍꯥꯎꯁꯀꯤ ꯃꯦꯝꯕꯔꯁꯤꯡꯒꯤ ꯃꯔꯛꯇꯒꯤ ꯃꯥꯅꯥ-ꯃꯥꯅꯥ ꯄꯥꯌꯔꯤꯕꯥ ꯐꯝ/ꯄꯨꯔꯤꯕꯥ ꯊꯕꯛ ꯊꯧꯔꯃꯁꯤꯡꯒꯤ ꯃꯇꯨꯡ ꯏꯟꯅꯥ ꯃꯆꯥ ꯈꯥꯌꯅꯥ-ꯈꯥꯌꯅꯥ ꯄꯤꯔꯤꯕꯥ ꯗ꯭ꯌꯨꯇꯤ, ꯄꯋꯥꯔ ꯑꯦꯟꯗ ꯐꯉ꯭ꯀꯁꯟꯁꯤꯡꯒꯤ ꯔꯥꯡꯃꯗꯥ 'ꯑꯣꯚꯔ ꯔꯨꯜ' ꯇꯧꯁꯤꯟꯂꯛꯄꯥ ꯌꯥꯑꯣꯔꯛꯂꯒꯗꯤ ꯊꯥꯛ ꯔꯥꯡꯂꯕꯥ ꯍꯥꯎꯁꯀꯤ ꯃꯁꯛ ꯊꯤꯍꯅꯕꯗꯥ ꯅꯠꯇꯅꯥ ꯃꯅꯤꯄꯨꯔ ꯃꯤꯌꯥꯃꯒꯤ ꯃꯥꯌ ꯈꯨꯅꯤꯡꯉꯥꯏ ꯑꯣꯏꯔꯛꯀꯅꯤ॥ ꯆꯥꯑꯣꯈꯠ-ꯊꯧꯔꯥꯡꯒꯥ ꯃꯔꯤ ꯂꯩꯅꯕꯥ ꯊꯕꯛꯁꯤꯡꯒꯤ ꯑꯣꯏꯔꯒꯅꯥ ꯃꯤꯌꯥꯃꯒꯤ ꯃꯥꯉꯖꯕꯥ ꯑꯣꯏꯔꯛꯀꯅꯤ ꯍꯥꯌꯕꯅꯤ॥ ꯃꯤ ꯑꯃꯒꯤ ꯂꯃꯆꯠ-ꯁꯥꯖꯠꯀꯤ ꯑꯍꯥꯅꯕꯥ ꯄꯤꯔꯥꯏ ꯉꯥꯛꯇꯨꯅꯥ ꯌꯥꯆꯜ ꯂꯥꯛꯀꯗꯕꯥ ꯃꯐꯃꯁꯤ ꯃꯁꯥꯒꯤ ꯌꯨꯝꯅꯥ ꯑꯣꯏꯕꯒꯨꯝꯅꯥ ꯃꯦꯝꯕꯔ ꯑꯃꯅꯥ ꯏꯍꯥꯟ-ꯍꯟꯅꯥ ꯉꯥꯛꯂꯥ ꯏꯟꯗꯨꯅꯥ ꯆꯠꯀꯗꯕꯁꯤ ꯍꯥꯎꯁ ꯑꯁꯤꯒꯤ ꯀꯟꯗꯛꯠ, ꯏꯊꯤꯛꯁ, ꯄ꯭ꯔꯤꯚꯤꯂꯦꯖꯅꯆꯤꯡꯕꯅꯤ॥ ꯗꯦꯃꯣꯛꯔꯦꯁꯤꯒꯤ ꯂꯥꯏꯁꯉ (ꯇꯦꯝꯄꯜ ꯑꯣꯐ ꯗꯦꯃꯣꯛꯔꯦꯁꯤ) ꯒꯤ ꯃꯦꯝꯕꯔꯁꯤꯡꯅꯥ ꯃꯁꯤꯒꯤ ꯔꯨꯂꯁꯤꯡ ꯉꯥꯛꯂꯥ ꯆꯠꯄꯥ ꯉꯃꯗ꯭ꯔꯕꯗꯤ ꯀꯔꯝꯕꯥ ꯃꯐꯃꯒꯤ ꯅꯠꯇ꯭ꯔꯒꯥ ꯂꯣꯌꯁꯉꯒꯤ ꯆꯠꯅ-ꯄꯊꯥꯞꯁꯤꯡꯗꯤ ꯉꯥꯛꯂꯛꯀꯗꯒꯦ? ꯍꯥꯌꯔꯤꯕꯥ ꯊꯕꯛꯁꯤꯡꯁꯤ ꯌꯥꯝꯅꯥ ꯃꯔꯨ ꯑꯣꯏꯅꯥ ꯍꯧꯖꯤꯛ ꯆꯠꯊꯔꯤꯕꯥ ꯱꯲ꯁꯨꯕꯥ ꯃꯅꯤꯄꯨꯔ ꯂꯦꯖꯤꯁꯂꯦꯇꯤꯚ ꯑꯦꯁꯦꯝꯕ꯭ꯂꯤꯒꯤ ꯃꯉꯥꯁꯨꯕꯥ ꯃꯤꯐꯃꯁꯤꯗꯁꯨ ꯃꯌꯦꯛ ꯁꯦꯡꯅꯥ ꯎꯍꯅꯒꯗꯕꯅꯤ॥ ꯎꯍꯟꯗꯦ, ꯇꯧꯗ꯭ꯔꯦ ꯍꯥꯌꯕꯥ ꯅꯠꯇꯦ॥ ꯀꯔꯤꯒꯨꯝꯕꯥ ꯃꯇꯃꯗꯥ ꯍꯥꯎꯁꯀꯤ ꯄ꯭ꯔꯦꯁꯥꯏꯗꯤꯡ ꯑꯣꯐꯤꯁꯔꯅꯥ, ꯍꯥꯎꯁꯀꯤ ꯂꯤꯗꯔꯅꯥ, ꯔꯨꯂꯤꯡ ꯑꯃꯁꯨꯡ ꯑꯣꯄꯣꯖꯤꯁꯟꯒꯤ ꯃꯦꯝꯕꯔꯁꯤꯡꯅꯥ ꯍꯥꯎꯁ ꯑꯁꯤꯒꯤ ꯐꯖꯔꯕꯥ ꯀꯥꯡꯂꯣꯟꯁꯤꯡꯒꯤ ꯃꯊꯛꯇꯥ ꯆꯩ ꯀꯥꯟꯕꯥ ꯊꯕꯛ-ꯊꯧꯑꯣꯡ ꯑꯃꯠꯇꯥ ꯆꯠꯊꯔꯣꯏꯗꯕꯅꯤ ꯍꯥꯌꯕꯅꯤ॥ ꯍꯥꯌꯔꯤꯕꯥ ꯄꯨꯝꯅꯃꯛꯁꯤ ꯉꯥꯛꯂꯥ ꯆꯠꯅꯅꯕꯥ ꯍꯥꯎꯁꯀꯤ ꯄ꯭ꯔꯣꯁꯤꯗꯤꯡ ꯑꯃꯁꯨꯡ ꯔꯨꯂꯁꯤꯡ ꯃꯁꯛ ꯃꯨꯟꯅꯥ ꯈꯉꯕꯥ ꯆꯪꯏ॥ ꯑꯗꯨꯕꯨ ꯃꯁꯤꯅꯥ ꯇꯨꯔꯦꯂꯒꯤ ꯂꯩꯉꯣꯏꯗꯒꯤꯁꯨ ꯍꯦꯟꯅꯥ ꯀꯨꯞꯄꯤ ꯍꯥꯌꯔꯕꯥ ꯐꯥꯑꯣꯕꯗꯥ ꯈ꯭ꯕꯥꯏꯗꯒꯤ ꯃꯔꯨ ꯑꯣꯏꯔꯤꯕꯗꯤ ꯃꯇꯝ ꯆꯨꯞꯄꯗꯥ ꯑꯆꯨꯝꯕꯥ-ꯑꯁꯦꯡꯕꯥ ꯇꯧꯒꯅꯤ, ꯔꯨꯜ, ꯑꯦꯛꯠ ꯑꯃꯁꯨꯡ ꯂꯣ ꯄꯨꯝꯅꯃꯛ ꯉꯥꯛꯂꯥ ꯆꯠꯅꯤꯡꯕꯥ, ꯆꯠꯄꯗꯨꯅꯤ॥ ꯔꯥꯈꯜꯂꯣꯟ ꯑꯁꯤꯕꯨ ꯃꯇꯝ ꯆꯨꯞꯄꯗꯥ ꯂꯣꯌꯅꯗꯨꯅꯥ ꯂꯩꯔꯒꯗꯤ ꯑꯁꯤꯒꯨꯝꯕꯥ ꯃꯦꯝꯕꯔꯁꯤꯡ ꯂꯩꯖꯕꯥ ꯁ꯭ꯇꯦꯠꯇꯨꯗꯤ ꯍꯤꯔꯝ ꯈꯨꯗꯤꯡꯃꯛꯇꯥ ꯃꯥꯉꯖꯤꯜ ꯊꯥꯕꯗꯥ ꯅꯠꯇꯅꯥ ꯁꯅꯥꯒꯤ ꯃꯊꯛꯇꯥ ꯇꯝꯐꯥ ꯊꯤꯅꯕꯥ ꯂꯃꯗꯝ ꯑꯃꯥ ꯁꯣꯌꯗꯅꯥ ꯑꯣꯏꯍꯟꯂꯛꯀꯗꯧꯔꯤꯕꯅꯤ॥ ꯃꯁꯤꯃꯛꯂꯥ ꯚꯣꯇꯤꯡ ꯔꯥꯏꯠ ꯐꯪꯂꯕꯥ ꯃꯤꯄꯨꯝ ꯈꯨꯗꯤꯡꯃꯛꯂꯥ ꯃꯤꯈꯂꯒꯤ ꯃꯇꯥꯡꯗꯥ 'ꯔꯥꯏꯠ ꯄꯔꯁꯟ' ꯈꯂꯍꯧꯁꯤ ꯍꯥꯌꯗꯨꯅꯥ ꯍꯦꯛ ꯍꯦꯛ ꯂꯥꯎꯅꯔꯤꯕꯗꯨꯅꯤ॥ ꯍꯟꯅꯥ ꯑꯣꯏꯔꯃꯗ꯭ꯔꯕꯁꯨ ꯀꯣꯟꯅꯥ ꯑꯣꯏꯅꯅꯕꯥ ꯍꯣꯠꯅꯔꯀꯄꯗꯥ ꯃꯥꯌ ꯄꯥꯛꯄꯁꯨ ꯌꯥꯑꯣꯅꯈ꯭ꯔꯕꯅꯤ॥ ꯔꯠꯅꯥꯀꯔꯅꯥ ꯕꯥꯜꯃꯤꯀꯤ ꯑꯣꯏꯈ꯭ꯔꯤꯕꯅꯤ॥ ꯂꯨꯔꯤꯕꯁꯤ ꯄꯨꯛꯂꯤꯡ ꯔꯥꯈꯂꯗꯨꯅꯤ॥ ꯏꯁꯝ ꯁꯝꯕꯗꯥ 'ꯂꯣ ꯃꯦꯀꯔ' ꯁꯤꯡꯅꯤ ꯍꯥꯌꯕꯁꯤ ꯃꯇꯝ ꯆꯨꯞꯄꯗꯥ ꯀꯥꯎꯊꯣꯛꯍꯟꯅꯤꯡꯗꯦ॥

ঐগী লুহোঙবা

(মসি ঐঙোন্দা চাননা থোকখ্রবনি। ঐনা ইবা অসিদা য়াওরিবা ঐ হায়বা অসিগী মতাংদনি। করিগুম্বা মতমদা য়াম্না থীনা মায় ঙাঙবা মতাংগসু য়াওখি লাকখিদবা নত্তে। ইবগী মদুগুম্বা অমগী মতাংদা করিনোমত্তা ইজগে ঙসিদি।)

ৱাইরু-ৱাইরুবদা

“লাউদ থাব্রা ভায়?”

“থাদে ভায়।”

“কৈনোমতা হংগে তৌবনি।”

অয়ূক পুং ১১ মুক তারল্লগনি মানা য়াম্না লাঙতক্লনা ঐঙোন্দা ফোন তৌরকপদু। শোন্থাংননা হংলকই,

“হৌজিকপু ননাক্তা কনা লৈবগে ভায়?”

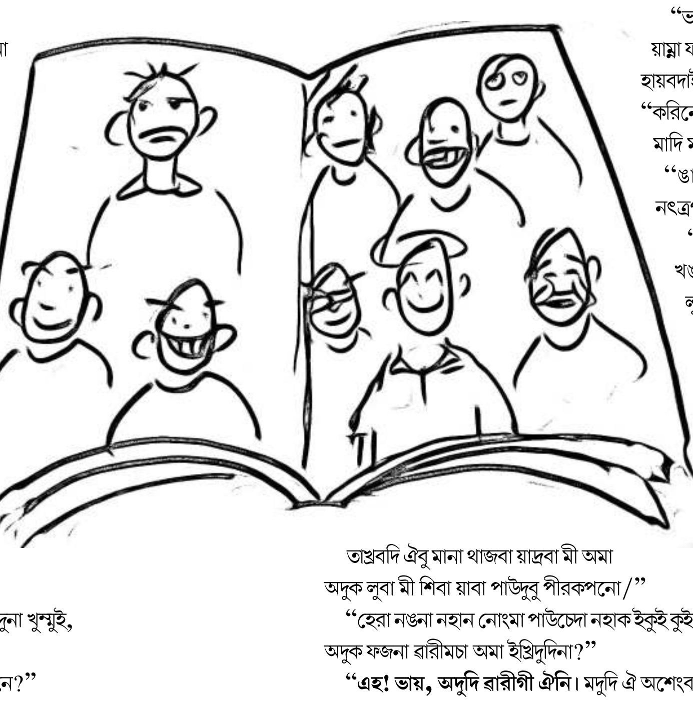
“কনামত্তা লৈতে ইথন্তনি।”

“ফরে অদুদি ৰারী অমত্তা শারক্কে।”

ইতাও বিরেননা তৌরকপা ফোন অসিতবু য়াম্না মরু ওইর-ওইরকান্দদা তৌরকপনি। মহাক ঐগা কোলেজ তম্মীন্নরকপা ইমান্নবনি। ঐগী-ঐগী থবক্লা য়ানদদুনা ইবানি উনখিদবা ফনা কুইরে তৌরিসে। ঐনা পাউচেদা তত্তনা ইবা ৰারীমচা কয়া, ৰারেং কয়া তত্তনা মানা পাবি হায়না মরক-মরক্তা অদুমকপুদি ফোন্দা পাউ ফাওনৈ।

মানা ইকায়রপ তৌনা হংলকপনি,

‘ভায়, নহাক্কী লুহোঙবা নুমিৎ অসিবু কৈদৌঙৈনো? করিগীনো নহাক্লা ঐঙোন্দা নহাক্কী লুহোঙবগী চেবাউগা অমত্তা তৌরক্ত্রিবা অসিবু, নঙবু ঙাওবু ঙাওব্রো?”



ফোন অদু ঐনা মরুপ বিরেন অমুক মানশিল্লক্ত্রদুনা খুম্মুই,

“নহাক্কীসি রোং নম্বর ওইরমদৌ মাল্লি।”

“নত্তে নত্তে, পায়বীরিবসিবু ভায় ইমোচা নৎত্রনে?”

“মানিনে ভায়। সোমসু ভায় বিরেন নৎলমদৌগা মাল্লুদ্রবনি?”

“মানিনে, ঐবুদি।”

মানা ইথা হেক থাজদনা হংলকপা ৰাহংদুদা ঐ কোক হোৎলগা খাঙই। কদোমদগী হাইজিল্লকপা ৰাহংনো খঙদে।

ঐনা খুল্লম খুম্ফাত্রিঙৈদুদা মানা মখা তানা নোৎশিল্লকই,

“ভায়না লুহোঙগদৌরিবী নুপীদু মশক মতৌগা য়াম্না ফজে হায়বদাই? ইনাক কৈরাকসু য়াম্না খুল্লি হায়বদাইনে?”

“করিনো, ভাব মেনকা অমত্তা তাদ্রেদা ভায়।”

মাদি মনম মনম হায়জিল্লকই,

“ঙাওশিন্নজনু, ভায়। লোৎকনু, নোংমা নৎত্রগা নোংমদি খঙনরক্তৌ লৈরপোৎনিদা।”

“ভায়, ঐ হান্না নুপী থিরবনি। নঙনসু খঙলিদুঙায়, ইচা হুম লৈরে অমুক হন্না লুহোঙবগী মথৌ তাদ্রে হায়বা।”

“হৌজিক্তি নুপীসু নুপাসু অনীরক-অনীরক লুহোঙনবদা কনামত্তা করিম হায়নরক্তুবনি, ইকায়রুনু। ঐফাও অমা থিবু থিরসিরা খনগৎলক্লুবনি হন্দক্তি।”

মাগী ৰাহংদুদা ঐ অমুক্লা হেন্না বিভুলা চুশিল্লক্লদুনা হংলুই,

“করিগুম্বা মদুগী পাউদু ঐগী নুপীনা ওইনা উখ্রনি। ইতাওবীদা, কনানা অদুগী তাখ্রবদি ঐবু মানা থাজবা য়াদ্রবা মী অমা অদুক লুবা মী শিবা য়াবা পাউদুবু পীরকপনো/”

“হেরা নঙনা নহান নোংমা পাউচেদা নহাক ইকুই কুইদনা নুপী অমসু নৌনা লুহোঙদৌরে হায়না অদুক ফজনা ৰারীমচা অমা ইখ্রিদুদিনা?”

“**এহ! ভায়, অদুদি ৰারীগী ঐনি।** মদুদি ঐ অশেংবা নত্তে। ওন্থোক্লা লান্না লৌবীরল্লেদকো।”

নেটৱার্কনা য়াখিদ্রিবরা নৎত্রগা মানা ইকায়দুনা থমখ্রিবরা ঐগা ইতাওবীগা ফোন অদু খুদক অদুদা তৎনখ্রে। তৌবগীবুদি তান চানা তৎখিবা ওইরম্বসু য়াই।

থাগৎচরি। ●

হীদাক কান্নরবা পান্থীশিং ঃ নুংশি হীদাক # ৪৩০

— ডা. হুইদ্রোম বীরকুমার —
সী এস আই আর ঃ নোর্থ ইষ্ট ইন্সটিট্যুট
ওফ সাইন্স এন্দ টেক্নোলোজি, লম্ফেলপাৎ

মীওইবদা থোইদোক-হেন্দোক্লা কান্নবা পীবা পান্থীশিংগী মরক্তগী নুংশি হীদাক হায়রিবা পান্থী অসি থোইদোক্লা শীংথানীংঙাই ওই। পান্থী অসি এরোমেটিক প্লান্ট হায়বদি মনম নুংশিবা পান্থীশিংগী মনুংদা অমনি। নুংশি হীদাক পান্থী অসি মখল কয়ামরুম লৈ অমসুং মখোয় মনুংদা মেন্থা পিপরিতা (Mentha piperita L. emend Hubs) অসিনা খ্বাইদগী ফবা, পাম্নবা অমদি পাক শন্না শীজিন্নবা মখল অদুনি। মেন্থা পিপরিতা অসি থোইদোক হেন্দোক্লা পিপর-মিন্ট (Pepper mint) নৎত্রগা ব্রেন্দি মিন্ট (Brandy mint) নৎত্রগা লেম্ব মিন্ট (Lamb mint) নৎত্রগা বাম মিন্ট (Balm mint) নৎত্রগা বিলাইটি পুদিনা (Vilayati pudina) নৎত্রগা পাপারা মিন্ট (Papara mint) নৎত্রগা রসিয়ান মেন্থা (Russian mentha) হায়না খঙনৈ অমসুং লেমিয়েসী (Lamiaceae) শাগৈগী মনুং চল্লি। মেন্থা পিপরিতা অসি অতোপ্পা নুংশি হীদাক পান্থী মখল অনী হায়বদি মেন্থা স্পিকাতা (Mentha spicata L. emend Nathh) অমসুং ৰাটর মিন্ট হায়না খঙনবা মেন্থা একাতিকা (Mentha aquatica L.) অসিনা নেচরদা হায়বদি প্রকৃতিদা হায়ব্রিদ হায়বদি ক্রোস ব্রিদ (Cross-bread) তৌদুনা ওইরকখিবা ওইগনি হায়না অখঙ অহৈশিংনা মত পীরি। অমরোমদনা মেন্থা একাতিকা হায়রিবা নুংশি হীদাক পান্থী মখল অসিদি মেন্থা লোঙ্গিফোলিয়া (Mentha longfolia (L.) Hubs.) অমসুং মেন্থা রোতুন্দিফোলিয়া (Mentha rotundifolia (L.) Hubs.) হায়রিবা নুংশি হীদাক মখল অনী অসিগী ক্রোস ব্রিদনি। মরম অসিনা মেন্থা পিপারিতা হায়রিবা নুংশি হীদাক মখল অসি চারৌ-মৌরৌনবা স্পিসিস অহুমগী য়ানশিন্নবা হায়বদি ত্রিপল-হাইব্রিদ (Triple hybrid) অমনি।

মেন্থা পিপরিতা হায়রিবা নুংশি হীদাক পান্থী অসি সেন্টিমিটর ৩০দগী ৯০ ফাওবা ৰাংবা মখোক অদু মশুং মরি নাইনা লৈমায়থক্তা শন্দোক্তুনা অমদি মত্রা (Stolon) চৎতুনা হৌবা অথোৎপা পান্থী অমনি। করিগুম্বদা লৈবাক লৈশা অমসুং ঈশিং মনিল ফংবগী চাংগী মতুংইন্না পান্থী অসি ফুট ৫ ফাওবা ৰাংই। হায়রিবা মখলগী নুংশি হীদাক অসি য়ুরোপ, কানাদা অমসুং অমেরিকাদগী হৌরকফম ওইজরবসু ঙসিদি মালেমগী অয়াম্বা মফমশিংদা মরু ওইনা ইন্দিয়া, চাইনা, ওষ্ট্রেলিয়া অমসুং খা থংবা অফ্রিকাগী লমদমশিংদা য়াম্না পাক শন্না থানখ্রে। মেন্থা পিপরিতা হায়রিবা নুংশি হীদাক মখল অসি থোইদোক হেন্দোক্লা মনম কনবা পান্থী অমনি অমসুং মশা পূম্নমক্তা ইসেন্সিএল ওইল হায়না খঙনবা মনম য়াম্না কনবা থাও অমা য়াওই। হায়রিবা থাও অদু পান্থী অদুগী অরূম্বগী চাদা ০.৯দগী ১.২ ফাওবগী চাংদা য়াওই। নুংশি হীদাক্কী থাওদা মেন্থোল (Menthol) হায়রিবা ওর্গেনিক কম্পাউন্দ অসি থাও অদুগী চাদা ১০দগী ৪০, মেন্থাইল এসিটেট চাদা ১দগী ১০, মেন্থোফ্যুরান চাদা ১দগী ১০, সিলিওল চাদা ২দগী ১৩ অমসুং লিমোনিন চাদা ০.২দগী ৬ ফাওবা য়াওবগী পাউদমশিং লৈ। পিনেন, তরপিনেন, মাইরসিন, বিতা-কেরয়োফাইলিন, পিপরিতোন, পিপরিতেনোন, পিপরিতোন ওক্সাইদ, যজেনোল, মেন্থোল, কেন্দিদিন, দাইপেলটিন, লিনালুল, ওসিমিন, অলফাফিলেন্ট্রিন, সেবিনেন, তরপিনোলিন, ফেনক্রোম হায়রিবা কম্পাউন্দশিং অসি হন্থবা চাংদা য়াওই। নুংশি হীদাক্কী থাও অদু ইন্দিয়া অমসুং পৃথিবীগী কৈথেলশিংদা য়াম্না পাম্নে অমসুং লিটর অমদা লুপা ১০০০দগীনা ৩০০০ ফাওবা পী।

নুংশি হীদাক পান্থী অসি মীওইবনা হীরম কয়ামরুমদা শীজিন্নৈ অমসুং মসিগী মগুণশিং শীংথাবগী লোইবা নাইররোই হায়বমক য়াই। মখল কয়াগী চীঙ্গাকশিং, থক্লবা মহী অমসুং অচাপোৎশিং শাবদা নুংশি হীদাক পান্থী অসি পাক শন্না শীজিন্নৈ। ঐখোয়গী লমদম মণিপুরদদি নুংশি হীদাক পান্থী অসি মোরোক মেৎপদা কোত্তুনা চানবগী মথক্তা শিংজুদসু মচল অমা ওইনা হাপ্তুনা চাবা থেংনৈ। হৈনৌ মেৎপদা নুংশি হীদাক অসি য়াওদবা য়াদ্রবা মচল অমা ওইনা হাপ্লে। ছর্বত হায়রিবা কালেনথাগী মতমদা পাম্না থক্লবা মহী অদু শেন্বদা নুংশি হীদাক অসি তঙাইফদনা হাপ্লে।

নুংশি হীদাক পান্থী অসি অনা লায়েং মখল কয়াদা পাক শন্না শীজিন্নৈ। পান্থী অসিদগী লৌবা থাও অদু ঈশিং অশাবদা দ্রোপ খরা হাপ্পুনা মদুগী কারকপা অশাবা মনিল অদু শ্বর চিংশিন্দুনা থবাক খেবা, নাতোন ফুনবা, লোক থুংবা অমসুং শ্বর হোনবদা নুংঙাইতবা অদু লায়েংনৈ। হায়রিবা থাও অদু মপাঙ্গল য়াম্না কনবা মরম্না পীক্লিবা অঙাংশিংদদি শীজিন্নবীরোইদবনি। নুংশি হীদাক পান্থীগী মনা অদু কুপ্পা কক্লগা অফবা ঈশিংদা লোন্দুনা চাগুম্না পীথকপদা লোক থুংবা অমসুং হরা-কংখু তৌবা অদু লায়েংনৈ। খৌনাও নাবা, ঙৌবোন্থী তৌবা অমসুং লোক খুদোকপা ঙমদবদা হায়রিবা চা অদু চাং নাইনা পীথকপদা থোইদোক্লা কান্নবা ফল ফংবা ঙমহল্লি। অরিবা লায়েং পথাপ্তা নুংশি হীদাক পান্থী অসি চাবা তুমদবা, ওনীংবা, খোঙ হামথবা, পুক নুংশিৎ কাবা অমদি মোর্নিং সিকনেস (Morning sickness) হায়বদি নুপীনা মীরোনবা হৌগৎলকপা মতমদা থুক-থুক লাওনা ওনীংবা মতমদা হীদাক ওইনা শীজিন্নরক্লি। নুংশি হীদাক্তগী লৌবা থাও অদু য়া চিকপা-নাবা, হকচাংগী তোংশা কায়দুনা নাবা অসিগী য়াম্না ফবা হীদাক অমনি। লশিং মচেৎ অমদা থাও অদু দ্রোপ ১/২দং লুপ্লগা অচিকপা য়া অদুগী য়ারি-য়াখোঙদা থোম্থীগনি। নুপীগী থাগী খোঙকাপ চাং নাইদবদা নুংশি হীদাক পান্থী অদু ফুৎলগা লৌবা মহী অদু চাং নাইনা পীথকপদা কান্নবগী পাউদম লৈ। গাউট (Gout) হায়না খঙনবা তাং চাউথোক্তুনা চীকপা-নাবা তৌবদা নুংশি হীদাক পান্থীগী থাও অদু মৈদা শাহল্লগা অনাবা মফম অদুদা চাং নাইনা তৈবদা কান্নবা ফংহল্লি।

কালেন নুংশানা য়াম্না কন্না শাদুনা শ্বর হোনবদা চনিং-চমাং শম্নদ্রবদি ঈশিং গ্লাস অমদা নুংশি হীদাক মনা শুগাইদুনা লৌবা মহী অদু চামচ তঙ্খায় অমত্তং নৈখায়দুনা থক্লবদি মৈশা অদু হন্থহনবতা নত্তনা হকচাংদা শোকহল্লক্কদবা কয়াদগীসু ঙাকথোকপা ঙম্মী হায়না পাউদম্লি। কৈথেলদা অমদি ফার্মাসিশিংদা ফংলিবা অর্যুবেদিক্কী হীদাক পুদিন হরা (Pudin Hara) হায়বা পুক নুংশিৎ কাবা অমদি চাবা তুমদদুনা পুক্তা অশিনবা খেগৎপা অদুগা ইটচ-গার্দ (Itch guard) হায়বদি উনশাগী লায়নাশিং লায়েংবদা শীজিন্নরিবা মলম অসি শাবদা নুংশি হীদাক অসি মপূং ওইনা শীজিন্নৈ। মসিগী মথক্তা ভিক্স (Vicks) কী পোথোকশিংদসু নুংশি হীদাক পান্থী অসি শীজিন্নৈ। থম্মোয়গী লায়না লৈবা অমদি মপাঙ্গল শোনবা মীওইশিংনা নুংশি হীদাক পান্থী অসি শীজিন্নবদা চেকশিনবগী তঙাইফদবা লৈ। ●

মীতৈগী পুয়া ‘নিঙ্থৌলোল্ লম্পুপা’
(নিংথৌরোল লম্বুবা)- (১১০)

(পুয়াগী অরিবা ময়েক্তগী বাংলা ময়েক্তা চনম হেমচন্দ্রনা
লায়থোক্লা ইথোকপা অসি মীতৈ ময়েক্তসু
নুমিৎ খুদিংগী লমাই অসিদা ইথোক্তুনা ফোঙজরগনি।)

থকসি খাসি ঙাকপা। মপুথৌশিংগী চৎনা লোনচৎ কায়দনা লৈঙাকপা। মৈদিংঙু কাইনৌ ইরেংবা। মমাংদা হৌখিবা নিংথৌচাশিংদগী থোইনা হেনবা তাইবঙ পুনসি নুংশাংবা। খোংফৈ লমলোকপা ও মিংকৌয়ে। লাইরেল মৈদিংঙু কাইনৌ ইরেংবা। নূঙনাং কৈতান থৌবদি। চোয়নৌ সনা মিংলেল মিংথোলগা থোইনা হেলনা চুশিননা চানবনে।

মৈতৈ লৈমা হাওরৈ তমহৈবী

নবেনথৌ মৈতৈ লৈমা হাওরৈ তমহৈবী ও হায়না মিংকৌয়ে। মৈতৈ লৈমা হাওলৈমা তমহৈবীদি। নোংয়ায় খুমল নিংথৌগী মমোম ইবেমমা নিংঙোল ওইবীনি। খুমল নোংয়াই থীঙ কোলহলপা পাশি লাঙলোইঙমবা। য়াঙল চাহৈ নেনবা। খুমল পাশি ওকলু য়াল। খুমল তোলবা ঙাপা য়াল। অদোন তাইপঙচম লোকলুখুম। খোইনৌশিংগা লোইননা। ●

ꯃꯤꯇꯩꯒꯤ ꯄꯨꯌꯥ 'ꯅꯤꯡꯊꯧꯂꯣꯜ ꯂꯝꯄꯨꯄꯥ'
(ꯅꯤꯡꯊꯧꯔꯣꯜ ꯂꯝꯕꯨꯕꯥ) -(꯱꯱꯰)

(ꯄꯨꯌꯥꯒꯤ ꯑꯔꯤꯕꯥ ꯃꯌꯦꯛꯇꯒꯤ ꯕꯥꯡꯂꯥ ꯃꯌꯦꯛꯇꯥ ꯆꯅꯝ ꯍꯦꯃꯆꯟꯗ꯭ꯔꯅꯥ
ꯂꯥꯌꯊꯣꯛꯂꯥ ꯏꯊꯣꯛꯄꯥ ꯑꯁꯤ ꯃꯤꯇꯩ ꯃꯌꯦꯛꯇꯁꯨ
ꯅꯨꯃꯤꯠ ꯈꯨꯗꯤꯡꯒꯤ ꯂꯃꯥꯏ ꯑꯁꯤꯗꯥ ꯏꯊꯣꯛꯇꯨꯅꯥ ꯐꯣꯡꯖꯔꯒꯅꯤ॥)

ꯊꯛꯁꯤ ꯈꯥꯁꯤ ꯉꯥꯛꯄꯥ॥ ꯃꯄꯨꯊꯧꯁꯤꯡꯒꯤ ꯆꯠꯅꯥ ꯂꯣꯟꯆꯠ ꯀꯥꯌꯗꯅꯥ ꯂꯩꯉꯥꯛꯄꯥ॥ ꯃꯩꯗꯤꯡꯉꯨ ꯀꯥꯏꯅꯧ ꯏꯔꯦꯡꯕꯥ॥ ꯃꯃꯥꯡꯗꯥ ꯍꯧꯈꯤꯕꯥ ꯅꯤꯡꯊꯧꯆꯥꯁꯤꯡꯗꯒꯤ ꯊꯣꯏꯅꯥ ꯍꯦꯅꯕꯥ ꯇꯥꯏꯕꯪ ꯄꯨꯅꯁꯤ ꯅꯨꯡꯁꯥꯡꯕꯥ॥ ꯈꯣꯡꯐꯩ ꯂꯝꯂꯣꯛꯄꯥ ꯑꯣ ꯃꯤꯡꯀꯧꯌꯦ॥ ꯂꯥꯏꯔꯦꯜ ꯃꯩꯗꯤꯡꯉꯨ ꯀꯥꯏꯅꯧ ꯏꯔꯦꯡꯕꯥ॥ ꯅꯨꯡꯉꯥꯡ ꯀꯩꯇꯥꯟ ꯊꯧꯕꯗꯤ॥ ꯆꯣꯌꯅꯧ ꯁꯅꯥ ꯃꯤꯡꯂꯦꯜ ꯃꯤꯡꯊꯣꯂꯒꯥ ꯊꯣꯏꯅꯥ ꯍꯦꯂꯅꯥ ꯆꯨꯁꯤꯟꯅꯅꯥ ꯆꯥꯟꯕꯅꯦ॥

ꯃꯩꯇꯩ ꯂꯩꯃꯥ ꯍꯥꯑꯣꯔꯦ ꯇꯃꯍꯩꯕꯤ

ꯅꯕꯦꯅꯊꯧ ꯃꯩꯇꯩ ꯂꯩꯃꯥ ꯍꯥꯑꯣꯔꯦ ꯇꯃꯍꯩꯕꯤ ꯑꯣ ꯍꯥꯌꯅꯥ ꯃꯤꯡꯀꯧꯌꯦ॥ ꯃꯩꯇꯩ ꯂꯩꯃꯥ ꯍꯥꯑꯣꯂꯩꯃꯥ ꯇꯃꯍꯩꯕꯤꯗꯤ॥ ꯅꯣꯡꯌꯥꯏ ꯈꯨꯃꯜ ꯅꯤꯡꯊꯧꯒꯤ ꯃꯃꯣꯝ ꯏꯕꯦꯝꯃꯥ ꯅꯤꯡꯉꯣꯜ ꯑꯣꯏꯕꯤꯅꯤ॥ ꯈꯨꯃꯜ ꯅꯣꯡꯌꯥꯏ ꯊꯤꯡ ꯀꯣꯂꯍꯂꯄꯥ ꯄꯥꯁꯤ ꯂꯥꯡꯂꯣꯏꯉꯝꯕꯥ॥ ꯌꯥꯡꯜ ꯆꯥꯍꯩ ꯅꯦꯅꯕꯥ॥ ꯈꯨꯃꯜ ꯄꯥꯁꯤ ꯑꯣꯀꯂꯨ ꯌꯥꯜ॥ ꯈꯨꯃꯜ ꯇꯣꯂꯕꯥ ꯉꯥꯄꯥ ꯌꯥꯜ॥ ꯑꯗꯣꯟ ꯇꯥꯏꯄꯉꯆꯝ ꯂꯣꯛꯂꯨꯈꯨꯝ॥ ꯈꯣꯏꯅꯧꯁꯤꯡꯒꯥ ꯂꯣꯏꯅꯅꯥ॥ ●

পাউচে অসিদা ফোঙজরিবা ৱারেংশিং অসিগী ৰাখল, মীৎয়েং অইবা মশা মশাগীনি। পাউচে অসিগী ৰাখল্লোন অমসুং মীৎয়েংগা থোইদোক্লা মরী লৈনদে।