হুইয়েন লানপাউ
ꯆꯦꯡꯊꯧ, ꯇꯦꯕꯤꯌꯥ ০২, ২০২২, ꯁꯥꯃꯦꯜ
৪৫ ꯂꯩꯃꯤꯠ ꯑꯣꯏ, ꯕꯥꯏꯂꯩꯃꯤꯠ ꯃꯇꯩꯕꯤꯡ
হুইয়েন লানপাউ
থাংজ, জলাই ০২, ২০২২, ইম্ফাল
৪৬শুবা চহী, ৯৭শুবা মশীং

পৱার লান্না শীজিন্নগনু

অচুম্বা-অশেংবা তৌরগবু কিগদ্রা

মীয়ামগী লূপশিংদগী হৌরগা লৈঙাক্কী লোয়শঙশিংগী থৌমীশিং, ৱায়েল-থৌদা খুৎপায়নরিবা থাক পূম্নমক্কী মীহুৎশিংনবু অচুম্বা, অশেংবা, তৌফম থোকপশিং খক্তমক চুম্না তৌরগবু মখোয়গী থবক-থৌরমশিংগী মতাংদা মীয়াম তিনবা থৌরমদা অমসুং সোসল মীদিয়া য়াওনা মসিগী প্লেটফোর্মশিংদা পন্দুনা ঙাঙলক-শক্লকপদবু কিগদ্রা? কিদ্রবমকসু মিপাইবা নৎত্রগা খোইরাং-খোইশাওনবা নৎত্রবসু নুংঙাইতবা পোকফম থোকপ্রা? অচুম্বা অশেংবশিং খক্তা তৌরবদি হায়নীংবা হায়জৌ, ঙাঙনীংবা ঙাঙজৌ নাদা হাপতে হায়দুনা ইচং-থৌনা খোঙগ্রাই নিক্তুনা লৈথোক্কদবা নৎত্রা? অদুবু মসিগী মহুত্তা টেলিভিজন চেনেল/লোকল কেবল নেটৱর্কশিংগী দিক্কসনদা শরুক য়াদুনা ঙাঙবা মীওইশিংবু প্রোগ্রামশিংদু তারবা মতুংদা দিষ্ট্রিক্ট পুলিসকী এস পিশিংদা কৌখৎহনবদি চুম্রা? তৌফম থোকপা থবকশিং ওইগদৌরিব্রা? হায়রিবা থৌওংসিদি খুৎপায়নরিবা পৱরবু মচিন অনী লোংনা লান্না শীজিন্নবনি হায়রক্লোইদবগী মরম লৈব্রা? অহানবদা ৱা ঙাঙলিবা মীওইশিংদুদা ফিজিকেল মিসবিহেভকী থৌওং চথদুনা ইনকনভিনেন্ট থোকহনবা, মশাগী বোনাফাইদ সিটিজেন অমা ওইবগী ৱাইটস মাঙহনবা অমসুং অনীশুবদনা ষ্টেটকী লো-এনফোর্সিং এজেন্সীশিংগী মরক্তগী মাঙজিল থারিবা পুলিস ওর্গনাইজেসনবু লান্না শীজিন্নবগী থৌওং চথবনি। হোয়, এস পিগী ইন্সত্রক্সনদগীনি হায়দুনা মখা থাবা ওফিসর অমসুং পর্সনেলশিংনা লোকল টেলিভিজন নেটৱর্কশিংদা পাঙথোকপা খন্ন-নৈনবা প্রোগ্রামশিংদা ৱা ঙাঙলুই হায়দুনা কৌরগা ফাজিল্লি, পুনশিল্লি নৎত্রগা ফূ-চৈবা তৌই হায়বগী ৱাফম নত্তে। অসিগুম্বশিংসি করিমত্তা তৌদনা ফম্মিন্নদুনা চা থক্লগা থাদোরকপা ওইরগসু মী অমবু পুলিস ষ্টেসনদা কৌবগী থৌওংদি চুম্রা হায়বনি।

মসি হায় হায়দুনা খন্ন-নৈনবনি হায়বা থৌরমশিংদা শরুক য়ারিবশিংনসু মশানা স্পেসিএলাইজ তৌজদবা, স্পেসিএলিষ্টনি হায়দুনা টোপিকশিংদা নম্ফুদা মনানা হৈমাং শারগা ঙাঙশিনবা চুমদে, তৌরোইদবনি। নম্ফুদা অখঙ-অহৈ শাদুনা ঙাঙশিনবনা মান্ননবা/থাজহন্নবা ঙাঙলক-শক্লকপদা মরী লৈনদবশিং কোনশিন-চিনশিল্লক্তুনা ঙাঙশিল্লকপা য়াওরকই। অদুগা মমিং মথা পক্কদৌরিবা মীওইদুগা থরুম/মলোম লৈনখি নৎত্রগা মীদুগী শিনফম অমসুং পোজিসন য়েংলগা নুংশিদে হায়দুনা মহাক্না তৌবা অফবশিং নমশিল্লগা ফত্তবশিং কোৎথোক্তুনা হেক্তমক পিদ্রিৎ থোক্না ঙাঙবদি চুমদে। ইন্দিয়ন কন্সটিট্যুসননা ফ্রীদম ওফ স্পিচ অমসুং এক্সপ্রেসনগী অয়াবা পীরিবনি ঙাঙবা-শকপা য়াই হায়রগসু ফোঙদোক্কদৌরিবা ৱাফমশিং অদুগী পনখৈ অমা লৈ, শোক্লবা, থেংলুবা য়াদে হায়বসিসু মুন্না খঙগদবনি। মসিনা ৱা ঙাঙবা মীওইশিংগী মায়কৈদা লৈবা মখোয়না তঙাইফদনা ঙাক্তুনা চৎকদবা থবক্কী ৱানি। অদুগা লৈঙাক্কী মরী লৈনবা ওথোরিটিগী মায়কৈদগীনা ঙাঙলি-শক্লিবা অমসুং ফোঙদোরক্লিবা মফোঙদোক অমসুং ৱারোইশিন্দুদা ৱাথোক ওইরকপা য়াবা ৱাকাইশিং য়াওরক্লগনা মরী লৈনবা লোগী মতুংইন্না লৌখৎফম থোকপা থবকশিং পায়খৎপা য়াই। ফংফম থোকপা চৈরাকশিং ফংহনবা য়াই। প্রোগ্রামদুবু শিন্দুনা মদুগী মপু ওইরিবা কেবল নেটৱর্কতুবুসু লেন্না থাদবা য়াই। অদুবু মীয়াম মাঙদা ৱারু-নুংজু থোক্ল গদবদগীদি হেন্না ফবা খোঙথাংনি হায়দুনা পুলিস ষ্টেসনশিংদা ঙাইহাক লৈতনা কৌবদি পুরকহনফম থোকহন্নীংলিবা পান্দমদু ফংনবগী পাম্বৈশিং ওইরক্লোই। তোয়শিল্লক্লগদি হেন্না শাথীবা ওইরকহনফম থোক্তবা থৌদোকশিং থোকহল্লকপা য়াই। মতাংসিদা ৱাখল মুন্না খন্থহৌবগী তঙাইফদবা লৈ হায়নীংই। মপূং ওইনা য়েংলবদা লৈঙাক্কী লোয়শঙশিংগী থৌমী অমসুং মীয়াম্না খঞ্জবা মখোয়গী মীহুৎশিংসিবু পৱার পায়রবা মতমদা মানা-মানা অনীংবা-অপাম্বশিং পংতৌদা তৌরুরো থাদোরকপা নত্তে হায়বসি খঙজিনগদবনি। ৱা ঙাঙলিবা মীওইশিংনসু ঙাঙবা-পনবা য়াবগী পনখৈ লান্না চোঙশিল্লগা খূদোংচাবা লৌশিল্লোইদবনি। অমসু অমসু নাকল অনীমক্না অচুম্বা অশেংবশিং তৌফম থোকপশিং খক্তমক তৌনগদবনি হায়বসি হান্না খঙলমদ্রবসু খঙজিল্লো হায়নীংই।

হুইয়েন লানপাউ লিটরেরি ক্যুইজ-৪৫

১) **“তনৌ তনৌবী”** হায়বা লাইরিক অসিগী অইবা কনানো অমদি করম্বা মখলগী লাইরিকনো?

২) **“দ গাইদ: লমজিংবা”** হায়বা লাইরিক অসি ওরিজিনেল কনানা ইবা করি লাইরিক্তগী মণিপুরীদা কনানা হন্দোকপনো?

৩) **“শাবন য়ূম্ফম”** হায়বা লাইরিক অসিগী অইবা কনানো?

৪) **“শোল্লবা কোকসিদা পুবদি ঙমজদা/পেনবা নাইদনা থকচিল্লুরে/নঙগী মায়থোঙগী কল্লবা য়ুগী নেশা।/অহিং চুপ্পা খাঙজৈ চৈনা, নীংজরুবগী/হন্দোক্তুনা/লাঞ্জখিদবা চীনসিদগী/নঙগী নমিং/লেপ্পা লৈতা।”** মণিপুরগী শক্লাইরবা কবি অমগী শৈরেংনি। কবি অসি কনানো, মহাক্কী করম্বা লাইরিক্তা য়াওবা করি মমিং থোনবা শৈরেংনো?

৫) **“নূর বেগম”** হায়বসি কনানা ইবা করম্বা মখলগী লাইরিকনো?

মথক্তা পীরিবা ৱাহংশিং অসিগী পাউখুম জুলাই ১৫, ইরাই নুমিৎকী অয়ুক পুং ১১ ফাওবগী মনুংদা পাউচে অসিগী ওফিসতা নৎত্রগা ঈ-মেল ***hueiyenliteraryquiz@gmail.com*** সিদা মেল ওইনা থাবীরকপা য়াগনি। পাউখুম পীবিরকপা/থাবীরকপা মতমদা মিং, লৈফম, মহৈগী থাক অমসুং কন্টেক্ট নম্বর ময়েক শেংনা ইবিরকউ। ৱাহং খুদিংমক্কী পাউখুম চুম্না নৎত্রগা মশীং য়াম্না চুম্না পীবিরকপা মীওইশিং অদুদগী দ্রো ওৎচরগা লাইবক ফবা মীশক অমা খনজগনি। লোয়ননা খল্লবা মীশক অদুদা মনা পীজগনি।

হুইয়েন লানপাউ লিটরেরি ক্যুইজ-৪৪গী অচুম্বা পাউখুম থাবীরকখিবশিংদি

১) থিয়াম ৱাজেন্দ্র লুৱাং, থাংমৈবন্দ থাও কমপ্লেক্স - (১,২,৩,৪,৫)

২) য়ূম্নাম ইবোচৌবা সিংহ, হাওরৈবী মখা লৈকায় - (১,২,৩,৪,৫)

৩) থাংজম প্রেমকুমার, চরাংপাৎ মনীং লৈকায় - (১,৪,৫)

৪) থোংগ্রাম রোমেন মৈতৈ, কৈরক তোমাল মখোঙ - (১)

৫) মাইস্নাম বুধ, চীংঙামখা মাইস্নাম লৈকায় - (১,২,৫)

৬) মোইরাংথেম গঙ্গুলি, ককচীং তুরেল ৱাংমা নিংথৌ পরেং - (১,২,৪,৫)

৭) অয়েকপম ভিমো, তাকয়েল খোংবাল - (১,২,৩,৫)

৮) অনন্দকুমার খুঞ্জাময়ূম, তাওথোং অয়ুংবা ময়ায় লৈকায় - (১,২,৩,৪,৫)

হুইয়েন লানপাউ লিটরেরি ক্যুইজ- ৪৪গী ৱিন্নর

থিয়াম ৱাজেন্দ্র লুৱাং, থাংমৈবন্দ থাও কমপ্লেক্স (দ্রোদা ৱিন্নর ওইখ্রবা)

লিটরেরি ক্যুইজ ৪৪গী শেলগী মনা অসি ৱিন্নর ওইরবা মীওই অসিগী বেঙ্ক একাউন্টতা ওইনা হাপচিঞ্জরগনি।

লাইদগী লাইমন

ৱাইরু-ৱাইরুবদা

হাইস! মসি লাই ওইরমাল্লে কৈদা অমা তৌইদা, মমাঙ চহীদসু ঐনা লৌফমসিদা থেংনদুনা খোংলমসিদা লংথখ্রবনি অদুবু মাদি অমুক হল্লক্লেদনা তৌরিসিদে!”, ঙক্লদুনা শম্পোৎ খোইরিবা ওইনাম তোমচৌনা হায়রকপনি।

নোংমা তোমচৌনা মীগী লৌবুক্তা শম্পোৎ খোইরুবদা মী মমায় হাইরপ মানবা মুরপ তৌবা নূঙদুম অমা লৈতঙ্গায় মরক্তা য়াওরকপা থেংনৈ। নূঙদু মানা শম্পোৎ খোইবা লোইরগা ময়ূমদা পুরক্লগা ঈশিংনা শিৎ নান্না চামথোকপীরে। লাইদা লাই মাল্লে নুপী অঙাংশিংসু কৌশিন্দুনা য়েংহল্লে। তোমচৌনা মদুদা মুন্না য়েংলদুনা হায়রকই, “হেরা, মসিদি কান্নদে ইমা মাইবী অমগা মুন্না তানরগা লাই তীল খুরুমথোক্লগা লাইশঙ মচা অমসু শাবীদুনা নীংথিনা লেঙশিলহনবনা ফরনি। মসিদা ঐঙোন্দা তেকচঙ কায়চঙদবা হায়বদু ওইরনি। ঐনা মাবু থীনা থীনা তৌরকপা অসি কুইরবনি।”

হায়গা তৌগা কোন্সমগী ইমা মাইবী মঞ্জুরি তানজরগা থোঙ্গাল ময়াদা লাইশঙ অমা তনশা শারদুনা অদুম লাইদু লেঙশিল্লে। লাই অদুগী মমিং অমসু থোনবীরে। মচা মমৌনা নোংমগী ধুপ থাওমৈ থাদুনা লাইগী থৌরম তৌবা হৌখ্রে। থোইদোক্লা লাইরম তীল্লমগী থবকসি মপা মপু হাক্তক্তগী থৱায় কন্না য়াওজবা ইমুংনি। লাইগী থবক মতম চানা তৌনবা মচা মমৌশিংদা থৌদাবা লেপ্পা লৈতে। করিগুম্বদা মানা ঙাঙবা হেনমন্দনা মাগী নুপী চিগোংলৈগা খৎনদুনা চাক চানখিদবা নুমিৎ য়াওরবনি। করিগুম্বা মতমদা চিগোংলৈ মপামদা চৎলনি হায়দুনা চেনখিবদা তোমচৌনা সাইকল তোংদুনা তান্নরগা বস কাখৎলমদাইদা মীগী মমাঙদা মখূদাং পায়রগা য়ালহৌরদুনা ফানরুবগা য়াওখ্রপোৎনি। ইমুংগী এঙ্গাং থোংনবা লৈত্রমকসু লাইদা কৎনবা লফোই, সেম, কোন্না, ক্বা অমা হেক ৱাৎপদা নপাম চৎকেরনা হায়বনা হেক্তা মাঙ থাবীনি। মসিমা হেক ৱাৎপদা তোমচৌ হেক্তা থাশি থানৌ হৌই। পূবনি খঙদে লঙবনি খঙদে লাইগী পোৎলম চৈরম ৱাৎহনবা য়াদে।

“হাই, মসি নুপীসে হাৎলরনিসে! ঙসিগী লাই থৌগল চঙদ্রিমাল্লেনেহে! নঙগী ফি শুবদুনা লুব্রা হা? নহাক্কী নশু চাক ইনবদুনা লুব্রা? নহাক্কী থবক্লা লুব্রা?”, মীগী থবক শুরুবা হল্লক্লগা লাউরক্কদৌরিবনি। মসিদা মানা পেন্দ্রবদি নুমিৎ কয়ানি ৱা ঙাঙবা খুদিং পক্কদৌরিবনি। অসিগুম্বা তোমচৌগী মতৌসিদা চিগোংলৈ য়ূমদা লৈদুনা ঙাইহাক্তা ঈংনা লৈজবা ফংলক্লে। ঙাইহাক লৈরে লাই, ঙাইহাক লৈরে লাই। তোমচৌ উবদা অনাবা হৌরে। লাইগী থবক মতম খিত্তং থেঙবা য়াদে। ঈংবা শাবা খায়বা য়াদে। মমৌদা ধুপ লৈরুচো হায়নি, মচানুপীদা লালটেন থানগৎলুমুক হায়রক্কনি, মশুদা মৈখেৎ পুরকউমুক হায়গনি। কুইরক্লে মানা অসুম্না থৱায় য়াওনা লাই লাৎলকপা।

মরক অসিদা য়াম্না থম্মোয় শোকপা থৌদৌ অমদা মাগী মমৌ নুপী য়াইমা অদু অঙাং উনবদা লায়েংশঙদা লৈখিদ্রে অদুগা মাগী মচানুপা অমনা মীনা ফাবিরগা মফম মরাং খঙহন্দনা মাঙহনখ্রে। মাগী নুপী চিগোংলৈসু অঙাংখাউ লৌথোকখ্রে। মচানুপী অমসু নুপানা খাইনবিরক্লে। ষণ পবোৎ অমখক লৈজবদুসু নামা মাঙখ্রে। মীনা ফারগা চাথোকখ্রবরা খঙদ্রে হায়দুনা পাউচেদা হাপ্তুনা থিরে অদুবু লাইবক ফদুনা ফংলে, তৌবতদি খোংবাল অমদা পুখ্রদুনা শিরগা লৈরম্লে। মাগী দশা মনম মনমনি। ইকোন কোনবা ওইনা মহাক মশামকসু মীখলগী মতাংদা মরৈ য়েৎনরুবদা মীনা থাঙনা য়ানবীরক্তুনা মফম মঙা তরুক ফোক্তুনা লায়েংশঙ অমদা লায়েংলুবদগী হিংলকই। দশা ময়াম অসিদা ৱারদুনা মমৈদা তোমচৌ মাগী লাইশঙ অদুদা মিৎয়েং থম্লক্লে। মখূৎ ওই অদু প্লষ্টর তৌরগা অঙৌবা লশীং ফি অমনা মঙক্তগী য়াম্বরি। লাইশঙ মমাঙদুদা পাম্বৈ লৈতনা লেপ্লগা মতোমতা শোম্বাংননা হংজরকই, “হে লাই শক ফজবা, করিনো অসুক লুনা লাই নঙবু লাৎপা য়াবা লাৎচরে। সিদগী হেন্না ফজনা ঐনা নঙবু লাৎপা অসিগুম্না লাৎপদি মালেমদা লৈরম্মোইনা। নঙগীদমকনি হায়দুনা ঐনা লৈত-লৈত শেল পাম্মুবা লৈতমখৈ, ইয়াদা করি অমত্তা হুক্তমখৈ নঙোন্দা লৈজবমখৈ কৎচরে, নীংজরে অদুগা শক ফজবা নঙনা করিগীনো ঐবু ইমৌসু শিহল্লে, ইচানুপীসু মপামদা হলহল্লক্লে, ইচানুপাসু অমুক মাঙহনবীখ্রে, ষণসু শিহনবীরে, নুপীগী অঙাংখাউসু লৌথোকহল্লে, মমৈদা ঐ ইশামকপুসু মীনা থাঙনা য়ানবীরে, করিগীনো ঐঙোন্দা দশা লাংফম ময়াম অমা অথোম্নবিরিবা? নঙ অমা লৈনা লৈনা ঐনা অসুম্মাইনা তৌফম থোকপরা?”

তোমচৌদা ইমা মাইবী মঞ্জুরিনদি মাগী ইমুং লাই অসি অরুবনি মসি লাৎলগা ইমুং অসি নুংঙাই য়াইফরক্লগনি হায়দুনা য়াম্না হায়বীরকখিবদু নীংশিংলি। অমুকসু মথন্তা হংজৈ ইমা মাইবীনা হায়বিরকখিবা নুংঙাই য়াইফবা হায়বা অদুবু মসিরা হায়না। মাইবীনা হায়বা অসিবু মতম চুপ্পদা ওন্ন-তৈনবজাৎলা হায়না হংজৈ। মখোয়না হায়বগী ওন্ন-তৈনবা ওইনা লৌগদবরা সিবো হায়না খঞ্জবা হৌরকই।

শাউনীংমল্লক্তনা তোমচৌদু মাগীদি মাম্মা থোকপা ইবোশিং কৌবা মাইবা হায়রপ শাবা অমা থংনবা লৈকায়দা লৈ। মহাক মদুগী মনাক্তা নোংমা ৱা তানবা চৎলি।

“করি লৈরে, তোমচৌ?”

“মাম্মা, ৱাহং অমত্তা হংজগে লাকচবনি।”

“ফৈ ফৈ তুক নঙনা অদুম্না লাকপা অদুসু, নঙ মাম্মদি মীৎ নানগা ইনুং নুংঙাইতবগা কয়া চৎথোক্লেদা।”

তোমচৌনা লাই অমা লৌবুক্তা থেংনজদুনা খুল্লগা ময়ূমদা পুজরক্লগা লাইশঙ অমা শাদুনা লাৎচবা, মসিগী মতুংদা নোংম-নোংমগী মাগী ইমুংদা তারক্লিবা দশা লাংফম ময়ামসিগী মরমদা ৱারী কূপথনা শারুই। মাইবা ইবোশিংনা তোমচৌগী ৱা মঙক নোম নোমদুনা নাকোঙ থাংজিল থাংজিল্লক্লগা তায়। তোমচৌনা মখা তারকই, “মাম্মা, ঐগী লাইশঙ শাদুনা লাক্তুনা থম্লিবা নূঙলাই অসি ঐ লোইশিনজরগে? ঐ লাই অসি শুকলাৎ লাৎচররোই হায়বু কয়াম কায়রগদগে, মসিগীনি নমাক্লা লাকচরিসে?”

অহল অদুনা তোমচৌগী ৱা মুন্না তারগা হায়রকই, “হায়, নঙগুম্বা লায়রবনা করিগী অদুক শেল তিংবা লাইবু লাইশঙ শাদুনা লাৎপা নত্তিক্লহায়? কৈদৌনা লাই লোয়রিনো নরল কয়াম লৈরদনা? চৎলু চৎলু আদা, লাইদু তাপ পায়রগা কদাইদনো ৱাপল মরক্তরা, তুরেল খোংবান্দরা লংশেকখো।”

“অদো মাম্মা নমাক্তা তেকচঙ কায়জঙবগী ৱাদি লৈরোইদ্রা?”

“হায় অঙাওবা নঙদুম ঐনা ফূরক্তনা তোক্কনি, নঙোন্দা কৈদৌনা লাই অদু লাৎত্রগা তেকচঙ কায়জঙদৌরিনোনে? নঙদি তেকচঙ কায়জঙবা পুম্নোই লোইরবনি। নঙনা হৌজিক ৱারিবা অদুদগী হেন্না তেকচঙ কায়জঙগদবা করি লৈরি? লাউ লাইদু লৈরদি পুরকউ ঐ ৱা ঙাঙনবীগে।”

তোমচৌ ময়ূমদা হল্লক্লগা নূঙগী লাই অদু লাইশঙ মনুংদগী য়েন্নাউ লাক্লগা চেনখিবা হৌদোঙ মচা ঙকথী চপ্লগা কাঙখদগী পুথোরকপগুম্না পুথোরক্লগা শুমাঙদা থম্মী। ইমুংদগী নূঙথং অচৌবা অমা লৌথোক্লুরগা লাইদুগী মথক্তা হাইথগে তৌবদু মচা মমৌনা উরে। অদুবু তোমচৌগী মখূৎ অদু মাগী মচা মমৌশিংনা ফাবা অদুম নংখিদ্রে। ●

হীদাক কান্নরবা পাম্বীশিং ঃ ষণথক # ৩৪৮

– ডা. হুইদ্রোম বীরকুমার –

সী এস আই আর ঃ নোর্থ ইষ্ট ইন্সটিট্যুট ওফ সাইন্স এন্দ টেক্নোলোজি, লম্ফেলপাৎ

থেংলুবদা অমদি শোক্লবদা য়াম্না হাক্কচবা অমদি উনশা অদু মথা-মথা পোমখৎকনবা অমদি মীওইবদা অমদি শা-ষণদা অমাঙ-অতা থোকহনবা ঙম্বা পাম্বী ওইজরবসু ষণথক হায়রিবা পাম্বী অসি মখল-মখা কয়াগী কান্নবা পীবগী মথক্তা হীদাক্কী ওইবা মগুনসু থোইদোক্লা য়াওই। ষণথক পাম্বী অসি ইংলিসতা কম্মন নেট্টল (Common nettle) নৎত্রগা বর্ন নেট্টল (Burn nettle) নৎত্রগা ষ্টিংগিং নেট্টল (Stinging nettle) নৎত্রগা নেট্টল (Nettle), হিন্দিদা বীশু পাতি (Bicchu patti) নৎত্রগা বীশু বুতি (Bicchu booti) নৎত্রগা কালি (Kali), সংস্কৃততা ভ্রিসিকালি (Vrscikali), অসামিজদা চোরাট (Chorat), নেপালিদা সিসনু (Sisnoo), সাইন্টিফিক নৎত্রগা বোটানিকেলগী ওইবা মমিংদা *উরতিকা দাইওইকা (Urtica dioica L.)* হায়না কৌই অমসুং উরতিকেসী (Urticaceae) শাগৈগী মনুং চল্লি। পাউদমগী মতুংইন্না ষণথক পাম্বী অসি সব-স্পিসিস (Subspecies) মখল তরুক লৈ। মখোয়শিং অদুদি - (১) উরতিকা দাইওইকা গোলিওপসিফোলিয়া (Urtica dioica subsp. galeopsifolia) - মখল অসি ফেন নেট্টল (Fen nettle) নৎত্রগা ষ্টিংলেস নেট্টল (Stingless nettle) হায়না কৌই অমসুং য়ুরোপকী লমদমশিংদগী হৌরকখিবনি। (২) উরতিকা দাইওইকা দাইওইকা (Urtica dioica subsp. dioica) মখল - অসি য়ুরোপিয়ান ষ্টিংগিং নেট্টল (European stinging nettle) হায়না কৌই অমসুং য়ুরোপ, এসিয়া অমসুং অৱাং অমেরিকাদগী হৌরকখিবনি। (৩) উরতিকা দাইওইকা আফগানিকা (Urtica dioica subsp. afghanica) - মখল অসি খা-নোংচুপ অমসুং ময়ায় থংবা এসিয়াগী লমদমদগী হৌরকখিবনি। (৪) উরতিকা দাইওইকা গান্সুয়েন্সিস (Urtica dioica gansuensis) - মখল অসিদি চাইনাদগী হৌরকখিবনি। (৫) উরতিকা দাইওইকা গ্রেসিলিস (Urtica dioica subsp. gracilis) - মখল অসি অমেরিকান ষ্টিংগিং নেট্টল (America stinging nettle) হায়না কৌই অমসুং অৱাং অমেরিকাদগী হৌরকখিবনি। (৬) উরতিকা দাইওইকা হোলোসেরিসিয়া (Urtica dioica subsp. holosericea) - মখল অসি হোয়েরি ষ্টিংগিং নেট্টল (Hoary stinging nettle) হায়না খঙনৈ অমসুং অৱাং থংবা অমেরিকাদগী হৌরকখিবনি।

ষণথক হায়রিবা পাম্বী অসি ফুট ২দগী ৫ ফাওবা ৱাংবা চহী খরা পুন্সিবা থোৎতক তৌবা পাম্বী অমনি। পাম্বী অসিগী মনা অদু সেন্টিমিটর ৩দগী ১৫ ফাওবা পাক-চাওই অমসুং অকোয়বা অদু হোরায় ময়াগুম্না য়াৎলি। মচু শংতক নৎত্রগা চোকলেট মচু চংতক তৌবা অকৃপ্পা মপালশিং অদু য়াম্না কুংনা পাম্বীগী নৎত্রগা মশাগী মতোনশিংদা চবুন ওইনা শাৎলি। পাম্বী অসিগী মনা য়াওনা মশা পূম্বদা ঙৌতক তৌবা মচুগী মতুশিং নৎত্রগা শমশিং অয়াম্বা মতমদা পানগল্লি। ষণথক পাম্বী মখলশিং অসি চোৎ-চোৎ লাওবা নুংশা মঙাল খরা হম্বুবা উখা-ৱাখাশিংদা য়াম্না তোয়না হৌবা থেংনবীগনি। ইন্দিয়াদদি ষণথক পাম্বী অসি অৱাং-নোংপোক ইন্দিয়াগী অয়াম্বা মফমশিং অমদি হিমালয়গী মফমশিংদা য়াম্না মরাং কায়না হৌবা থেংনৈ।

পাউদমশিংগী মতুংইন্না ষণথক পাম্বীগী লিতক তৌবা মনাদা পালমিতিক (Palmitic), পালমিতোলিক (Palmitoleic), ষ্টিয়ারিক (Stearic), ওলিক (Oleic), লিনোলিক (Linoleic), গেদোলিক (Gadoleic), ইরুসিক (Erucic) অমসুং ওমেগা-৩ (Omega-3) ফেট্টি এসিদ (Fatty acid) শিং অসি চাং ৱাংনা য়াওবগী মথক্তা কেলসিয়ম, পোটাসিয়ম, মেগনেসিয়ম, ফোসফরস, কোপ্পর, আইরন অমসুং মেঙ্গানিজশিংসু য়াওই।

ষণথক পাম্বী অসি মীওইবনা হীরম কয়ামরুমদা শীজিন্নৈ। ষণথক পাম্বীগী মনা অমসুং মতোন অদু য়াম্না হাওবা এঙ্গাং অমা ওইনা থোংদুনা চানৈ। নেপাল অমসুং সিক্কিমদদি ষণথক পাম্বীগী মনা অমসুং মতোন অদু হৱাই থোংবা অদু ব্রোং-ব্রোং শৌহল্লগা হাপ্তুনা ঙাইহাক ফুৎলগা শেম্বা এঙ্গাং অদু অহাওবা মথেল অমা ওইনা চানৈ। মহাউ অদু পালংশাক (Spinach) কা মান্নৈ। ষণথক পাম্বীগী য়ুবা অদু ঈশিং অশাবদা ফুৎতোক্লবা অমদি থোংদোক্লবদি মাঙখিগনি। অদুবু পাম্বী অসিনা লৈ শাৎখ্রবা অমদি মহৈ পানখ্রবদি মনা অদুদা সিসতোলিথ (Cystolith) হায়রিবা পোৎশক (Gritty particle) অসি য়াওবা মরম্না এঙ্গাং ওইনা চাবিরোইদৌবনি। মসিনা কিদনি অমসুং হক্কী ঈশিং মরীদা শোকহনবা য়াবগী ওইথোকপশিং পল্লি। ষণথক পাম্বীগী অকংবা মনা অদু চাগী মহুৎ শিন্দুনা থক্লবগী পাউদমসু লৈ। য়ুরোপকী মফমশিংদদি ষণথক পাম্বী অসি পোলেন্তা (Polenta), পেসতো (Pesto) অমসুং প্যুরে (Puree) হায়রিবা এঙ্গাং মখলশিং অদু শেম্বদা মরু ওইবা মচল ওইনা শীজিন্নৈ। কোর্নিস য়ার্ক (Cornish Yark) হায়রিবা মাখন (Cheese) অসি শাবদসু ষণথক পাম্বী অসি শীজিন্নৈ হায়না পাউদম্লি। নৌতক তৌবা ষণথক পাম্বী অদু য়ু মখল অমা শাবদা শীজিন্নৈ। কুমজা ২০১০গী মতম অদুৱাইদা ইক্যুাদোর (Ecuador) গী চৎনবীদা কনাগুম্বা মীওই অমনা ফত্তবা থবক তৌরবা অমদি মীগী মপোৎ হুরাল্লুরবদি মীওই অদুগী মশা অদু ফি থোংদনা ষণথক পাম্বী য়ুহন্দুনা দন্দি পীবগী চৎনবী লৈরম্মী হায়বগী পাউদম লৈ। ষণথক পাম্বীগী মখোক্তগী লৌবা লং অদু মপাঙ্গল য়াম্না কল্লি অমসুং মখল কয়াগী ফিগী পোখোকশিং শাবদা শীজিন্নৈ। য়েরুম মমুৎ (yolk) অদু মচু ঙাংশং ঙাংহন্নবগীদমক্তা য়েনবী অদু ষণথক পাম্বীগী অকংবা মনা অদু পীজনৈ।

ষণথক পাম্বী অসি মখল কয়াগী হীদাক-লাংথক ওইনা শীজিন্নৈ। তাং চাওথোক্তুনা চীকপা-নাবা তৌবদা ষণথক পাম্বী শুগাইরগা চাং নাইনা তৈবদা কান্নহল্লি। দাইবেটিস নাবা মীওইশিংদা ষণথক পাম্বী অসি থোংদুনা চাং নাইনা পীজদুনা লায়েংনৈ। কিদনিদা নূঙ লৈবা অমসুং ঈশিং মরী চাথৎপদসু ষণথক পাম্বী অদু ঈশিংদা ফুৎলগা মহী অদু পীথক্লে। হে ফিভর (Hey fever) হায়না খঙনবা উফুল অমসুং লৈরিকশিংনা থোকহনবা অনাবা অসিদসু হায়রিবা অফুৎপা মহী অদু পীথক্তুনা লায়েংনৈ। ষণথক পাম্বী থোংলগা চাং নাইনা পীজবদা খোমজিংলিবী মমা অদুগী খোম্লাং অদু মপূং ফানা থোকহনবা ঙম্মী হায়দুনা ত্রাইবেল কাঙলূপ খরনা শীজিন্নবগী পাউদমসু লৈ। ●

হুইয়েন লানপাউ লিটরেরি ক্যুইজ-৪৪গী পাউখুম

১) **“স্বর্গদা অৱাবা অমসুং নুংঙাইবা”** হায়বা লাইরিকসি কনানা ইবনো অমদি করম্বা মখলগী লাইরিকনো? **:- অইবা-লাইশ্রম সমরেন্দ্র; লাইরিক্কী মখল-রচনা (এসে); অহানবা ফোংবা, দিসেম্বর, ১৯৯৯।**

২) **“পলেমগী খোমলাং অমৃত থক্লিঙৈদগী অহানবা শিন্দম ওইদুনা নৱাগী কোলোই অহানবনা পলেমগী মিংফম কৌনরক্লবা ঐখোয়গী ঈরোল--নুংশিরবা, পাম্মুরবা ইমারোল, মৈতৈলোল অসিসু অয়াম্বদি লৈরাং ইঙেনলৈগী পান্দম ওইরি।”** ৱাহৈ পরেং অসি কনানা ইরম্বা লাইরিক্তা য়াওবা করি ৱারেংদগীনো? **:- অইবা-ঁখ্বাইরাকপম চাউবা সিংহ; লাইরিক্কী মমিং - ৱাখলগী ঈচেল; লৌথোরক্লিবা ৱারেং - মৈতৈলোন (লা.১) অহুমশুবা ফোঙবা, ১৯৮২।**

৩) **“চন্দন পাম্বী কয়া কয়ানা,/চীং-মাল-নারক শীংলক্তা,/মাং’গুম অরেম্বা উকং ওইদুনা,/পূক্লিং লৈকোলগী অথুপ্পদা,/থারিবা চন্দন পাম্বীদু চেকশিন্না,/কংখ্রনিদো অরেম্বদা।”** শৈরেং মতেক অসি কবি কনানা ইরম্বা করম্বা শৈরেংদগীনো অমদি করি লাইরিক্তা য়াওবনো? **:- কবিগী মমিং - ডা. লমাবম কমল সিংহ; লৌথোরক্লিবা শৈরেং- খোইমু অমসুং লৈ (লা.৮); লৌথোরকফম লাইরিক - লৈ পরেং; অনৌবা খূৎনম, দিসেম্বর ১৯৮৩।**

৪) **“কাওশীং”** হায়বা লাইরিক অসিগী অইবা কনানো, করম্বা মখলগী লাইরিকনো? **:- অইবা - ঈ এস সুন্দর (এলাংবম শ্যামসুন্দর); লাইরিক্কী মখল-নোভেল; অহানবা ফোঙবা, ওগষ্ট ৩০, ২০১৬।**

৫) **“মোহন দাস”** হায়বা মণিপুরী লাইরিক অসি ওরিজিনেল কনানা ইবা করি লাইরিক্তগী কনানা মণিপুরীদা হন্দোকপনো? **:- ওরিজিনেল লাইরিক্কী অইবা - উদয় প্রকাশ; মমিং অসিমক্তদা মণিপুরীদা হন্দোকপা- ডা. রাজকুমার মোবী; অহানবা ফোঙবা, দিসেম্বর, ২০১৫।**