থম্মোয় পাউদম | হুইয়েন ইন্দু

ঙসিগী নুমীৎসিনা পোকহল্লকপা অকিবা

মে ৩, ১৯৯৩। নিংথৌকাবনি নুমীৎতো। হিংনবগী পান্থৈ পীরিবা থবক মচা অমখক্তু থৌপাংনবা ঐহাক থৌবালদা লৈবা য়ুনাইটেদ বেঙ্ক ওফ ইন্দিয়াগী ওফিসতা লৈরম্লি। অয়ুক ওফিস কারকপদা, মীয়াম্না, অহল-লমনশিংনা হায়নবা ফত্ত'-খুদম থোইদোকপা থেংনরকখিদে। পূক্লিংদা চিংনবা অমত্তা য়াওদনা থবক শুমিন্নরম্মী ঐখোয়। পুন্সি হায়বসি তম্বা ঙমদবা থৌদোক ঙাক্তনা থল্লি- হায়নবদু চুম্বজাৎনি। নুংথিল পুং অনী মখায় অহুমগুম্বা তারম্লনি, মপান্দা ঙাঙনরম্বা ঈৱায় ইনিল ওফিস মনুংদা পাইশিল্লকখি... ইম্ফালদা হনগদবা মী কনাগুম্বা য়াওরবদি হৌজিকমক অফংবা গাড়ী অমদা হাইগৎহৌরো, ঙাইহাক্কী মতুংদদি লিলোং লানবা য়াররোই...। করিগী? করি মরমগী লিলোং ফাওনা গাড়ী চেনবা য়ারোইদৌরিবা? চপ চাবা মরম অমখক কনামত্তনা হায়বা ঙমখিদে। অরাকপা গাড়ী খুদিং মীনা চরোং শারকপা উবদগী ঐহাকসু কোমতক তৌবা বস অমদা লেপতোং তোংলগা হাইগৎলকপদা তাংজেং য়ৌদ্রিঙৈ, গাড়ী পুম্নমক 'চৎপা য়াদ্রে' হায়দুনা হন্নরকপা উবদা ঐনা তোংলিবা বসতুংসু মময়াই লৈদুনা হল্লক্লগা, থৌবাল লৈশাংথেম ফাওরগা ময়াং ইম্ফাল্লোমদা থৌরকখি। তোকঙা অদু মায়কৈ অদোমদা যৌরমরম্বা ময়াইগী করিনো, মোইজিং অমদি খেকমন'নচিংবা মুস্লিম তাবা খুলশিংদা উংথৎনবা ঈরাংথুংগী মমি তাবা উরকখিদে। ঐগী খদাং কোইদু'দা পাঙল মাল্লি হায়দুনা কনাগুম্বনা কারন -তুরন তৌরক্লগা... পুক্লিংগদা চিংনখিবনি। অদুবু, য়েংবদা অদুম খঙ'মাল্লে- ময়াং ইম্ফাল যৌরকপদা মৈ হৌনা শাত্তৈরবা নহারোল চা খঙবা বসতগী কুমথথহল্লগা খন্দোকপদা ঐবুদি য়াওরকখিদে। মতমদুদা কৌরকখিবনি হৌরবা থৌদাংগী ঐগী মিং, বেথ এন্দ মিজর দিপার্টমেন্ট'তা থবক তৌবা শরত'না। মাগী মরম্নাই জীপতুদা নুংতিগী ওফিস কাবনি। ঐগী 'কল্লিং' পুম্নমক মদুদা লোইনা তোংলমাল্লে। 'সিদা কৈদৌরম্লিবনো, অসুক তমথীর'কানসিদা? চৎসি লাকও...'।

বস'তু থাদোক্লম্লগা জীপ'তুদা কাখৎলে। নিংশা শ্বর হোন্দোকখি। শ্বর হোনবা ফাওবা মিপায়বা-হায়বা পুংফম অদুনি। তপ্না তপ্না থৌগৎলকপদা লম্বীগী চিদাইদা তা-তাদুনা লৈহৌবা হকচাংশিং, শিরবরা, চঙলিবরা হায়বদুদি খঙখিদে। মহাত্মা অমসু ওইহৌদবনা, অশোক-অপন নংলবশিংদু কোনখৎতুনা মতেং পাংবমক নৎত্রবসু নুংশিবা ৱাহৈ অমত্তসু হায়ঙমখিদে। করম্না অদুক থুনা মমখিবা, নীংশিংবা থোক্লে হিয়াংথাং যৌবদা পুম্নম মতে। পাউসু তারে, পাত্তক্লনা কর্ফিয় থমম্লে। হৈরাঙ্গোইথোং, খা-ইম্ফাল যৌরকপদদা মৈনা য়োল্লবা গাড়ী মচা-অচৌবা খরা থেনরে, লীচৈ পায়বা সিফাইসু। পুকচেল চাউবা ঐগ্যা শরত, ঐবু কাক্লৈফেন ফাওবা থিনবিরমখি। তুম্না য়াদ্রবা নুমীৎতুগী অহিং। মশা পান্দুনা পাইকখিবা তোকঙা পরেং। ইম্ফিদুনা থমহৌরম্বা। ঐগী অচৌবা অশোয়বনি। ইন্দিয়া-পাকিস্তান অনী শেৎতোক্লবা হাজম্না পঞ্জাব ঙমখৈ পরিংদা থোকখিবা হিন্দু-মুস্লিম য়েংথিননা হায়নখিবা, মরক্কুগ থম্মোয় পানবা কয়া য়াওরমদুনা কায়রবা থম্মোয় তাইশিংনুবা হোৎনখিবগী রারী করম মপাল মথু ঙসি ফাওবা লেপ্পুনা। মে ৩, ১৯৯৩ গী থম্মোয় শোক্লবা থৌদোক্কুগী মতাংদা অশোবা রারীবু ওইরবসু অশেম্বা রারীবু ওইরবসু, হৈথোই শিংথোইবা অহৈবা মশাং খঙদনা লৈরিবসি কনামত্তনা ইথোরকপা থেংনদে। ইথোক্লগা ফোঙলম্লসু যাই কনাগুম্বনা। মম্নিং চৎপা লাইরিক ওইখিদবনা ঐনা/ অদোম্লা খঙখিদনা! হুইরসু কুইরেদনা১ পাথোক্লুংগা কাউখিবা। অদুসু ওইবা য়াবা অমনি। অদুবু, ঐ'মতেংগনা পাখিদ্রি। ইখিরমনবা থোল্লবা করিগুম্না ইথন্তা ঙসি খম্লুরকই- ইনিংঙাই মচাক য়াওবনজাংলো?' নৎত্রগা, 'ঈরুগা করি কায়বা! লাইরিক্লা পীবা পাউজেলনা রাখল হোংহনগদবনা, মী অমদি খুন্নাই, লমনমসিদা লৈদি লৈতনা!' হায়না থমে দরুক্তুনা ইনিংলম্বা রাখলদু লৈরোল চনশিনহনখিবা। ওইবা যাই মদুসু।

মাঙগী চহী কয়াসিদা অমুক্তু খনখিদবা রাখল অমা, ঙসি, মে তারিখ ৩, ২০১৭ লাকপসিদা খল্লক্লু। শাংলবা ইতিহাসকী পুৱারী'দা খাঙবা কনবা, ঙাকপী হৈবা, ঙসিগী চাউবা মতৌনা শক্তাক্লফম ওইবা মীতৌনা, চহী কুনতরেৎকী মমাংগী নিংথৌকাবা নুমীৎ অদুদা অদুক তমথীখিবা করিগিনো? লাইরেন (লীন) বু লাইনি লাৎচবা কাঙলুপ (ফুরুপ) তুগী খোয়দৌদা থিনখিবা মতেন-তুম্না-তুম্নৈ-শক্লেন লৌখিবা তোকঙা অদু করিনো? কদায়দগী কমদৌনা হৌখিবনো? তোকঙাদুগী হৌরকফম, অশেংবা থৌদোক অদু করিনো? ফেক-ফাইন্ডিং টিম অমত্তনা থিজিনখিবই রিপোর্ট থেংনখিদে। ৱাথোক অদু তশেংনমক তরাইনা লৌবা য়াদবনি।

কুমজা ১৯৯৩, চহীসিমক্কী জুন থাদগী হৌখিবনি, মণিপুরদা খুন্দামিন্নরিবা চীংমী ফুরুপশিংগী অচৌবা কাঙলুপ অনী ওইরিবা 'নাগা' অমদি 'কুকি'- নাকপাক নাকপাক অমনা অমবু লোইশিল্লংগে মতাগুম অউ-অউ হাংনখিবা। মীতৈ-পাঙল হাংনখিবদি অহিং অমখক্কী ৱারীনি (উংখৎনবা, য়েংথিনবা, ৱারৌনবগী ৱারীদুনা অমনি)। নাগা-কুকি হাংনবগী থেংখাংদুদি থাবুম কয়া চংখি। হাংনবা, শুনবা, তুক্তচবা, য়েংথীনবা... লাক্লবা ঙমদবা মীওইবগী পুক্কিনা থোকহনবা মাঙনা তক্লবগী মশক ওইরবা থককশিং অসি কান্নদবা থৌওংমত্তনি... মীওইবু নুংশিযু, ঈশ্বর মাবু থাজৌ... গীতা, বাইবল, কোরান'না পীবা পাউজেল চেংনা থাজরিবা কাঙলুপ-ফুরুপ'মত্তনি। অদুবু, তৌথোরকপা থবক্লা ওঙ-তৈনবদুঙখিনি।

ঙসিগী 'থম্মোয় পাউদম'দা তম্লিনদনা তম্লিবা পাউ- থম্মোয়সিদা ফুম্লিবা অকিবা অমনা তমহনবনি। অকিবা অসি অদোমদদি ফাওদবরা? খুৎ থোক্লা খৎনদ্র'সু ঐখোয় মশেন অসিবু নুংশিননা লৈমিন্নরিবরনে? অমনা অমবু থাজনরিবরনে? ঐদি মণিপুর ঐখোয়গী য়াওরনা, নুংশিনবা লৈত্রবা, অমবু অমনা ঈকায়খুম্নদ্রবা কাঙলুপমত্তনি লমদমসিদা খুন্দারিবা তাক্লমদনা পোকখায়রকপা মৈগী চীং অমগুম, শেন্নহৌদ্রবা মীকপ অমদা ফুমদুনা থম্মরিবা পেন্দবা, শাউনিংবা ময়ামসি ফুদোরক্তুনা হান্নদই হেন্না তমথীবা থৌদোক অমা থোক্লক্কদ্রা? মসিগীনি ৱারিবা।

লৌশিং পুক্কৈ

শঙ্গোম শুল্লমদাইদা ষন হরাওহনবগী তঙাইফদবা

ষননা হরাওরিডৈদা শুম্বা শঙ্গোমদা কেলসিয়মগী চাং ৱাংনা য়াওবগা লোয়ননা হকচাংদা কান্নবা হেল্লি হায়বা কুপ্পা থিজিনবদগী শঙবা ঙল্লে।

য়ুনাইটেদ ষ্টেটসতা লৈবা য়ুনিভর্সিটি ওফ রিস্কোন্সিন-মেদিসনগী রিছার্চরশিংনা থিজিনবদা খঙলকখি মদুদি ষননা হরাওবা মতমদা কেমিকেল অমা থোরকপা মরম্না কেলসিয়মগী চাং ৱাংনা য়াওবা শঙ্গোম পুথোরকই। য়ুনিভর্সিটি অসিগী লোরা হর্নান্দেজনা লুফিবা রিছার্চ কাঙবু অমনা মচা পোকপদা ডায়রিবা জর্সি ষন খরদা থিজিনবগী ৱাফম অসি খঙলকপনি। হকচাংগী কায়গনবা অফবা শঙ্গোম ফংনবগীদমক ষনবু পুক্লিং ৱাখল নুংঙাইনা লৈহনবা মথৌ তাই।

কেলসিয়ম মরাং কায়না য়াওবা শঙ্গোম চাং নাইনা থকপনা মীওইবগী হকচাংদা কান্নবা কয়ামরম পী। অদুবু ষন অয়াম্বা হাইপোকেলসিমিয়ানা নাবা মরম্না কেলসিয়ম মরাং কায়না য়াওবা শঙ্গোম থকপা ফংনরম্লে। হাইপোপেলসিমিয়া হায়বসি কেলসিয়মগী চাং ৱাংগী থৌওংবুনি। জর্নেল ওফ এন্দোক্রোনলোজিদা ফোঙদকখিবা রিপোর্ট অমদা লোরা হর্নান্দেজনা হায়খি, ষননা হরাও-তয়াম্না লৈরবদি সেরোটোনিন কৌবা কেমিকেল কম্পাউন্দ অমগী চাং ৱাংখৎলকই। মদুনা মরম ওইদুনা কেলসিয়মগী চাং ৱাংনা য়াওবা শঙ্গোম পুথোরকই।

রিছার্চ কাঙবু অসিনা ষন মখল অনীদা মীরোলনবদগী হৌরগা অমা পোল্লবা মতুংদা মখা তানা থিজিনবদা ৱাফম অসি খঙলকপনি। ষনশিংনা হরাওরবা সেরোটোনিন কৌবা কেমিকেল মখল অমা হকচাং মনুংদা ৱাংখৎলকই। মদুনা মরম ওইরগা ষনশিংনা পুথোকপা শঙ্গোমদা কেলসিয়ম য়াওবগী চাং ৱাংখৎলকই। যনগী অশেংবা শঙ্গোম থকপনা মীওইবদা কান্নবা কয়ামরুম পী। খরদং পল্লবদা শরূ কলহনবা, ঊনশা ফজহনবা, ইম্যুন সিষ্টেম কনখৎলক্তুনা লায়না কয়া ঙাকথোকপা, য়া কলহনবা, ব্লদ প্রেসর ৱাংখৎহন্দবা, দিহাইদ্রেসন তৌহন্দবা, নিংশা শ্বর মরী ফহনবা, হকচাংগী অরুম্বা হেনগৎহন্দবা, ওষ্টিওপোরোসিসতগী ঙাকথোকপা অমসুং কেন্সর মখল খরদগী ঙাকথোকপা অসিনচিংবনি।

তশেংবদি শঙ্গোম অসি ষনবীনা য়াম্নাউ পীথক্লবগীদমক মশাগী মেম্বরি গ্লান্দদা শুংবনি। য়াম্নাউ অমনা মপাঙ্গল মপুং ফাদ্রিবফাওবা মমাগী শঙ্গোম থকপা মথৌ তাই। মীওইবসু অদুম্নাঙ্গায়রে, অঙাং অমনা হেক পোক্লকপগা থাং ৬ ফাওবদি মমাগী থোক্লাং মবুক থম্না থকপগী তঙাইফদবনি লৈ। অদুবু ষনগী শঙ্গোমদি য়াম্নাউ খক্তদা নত্তনা মীওইবসু কান্নবা পী।

য়ুনাইটেদ ষ্টেটসকী দিপার্টমেন্ট ওফ এগ্রিকলচর (য়ু এস দি এ) না পীবা গাইদলাইন মতুংইন্না মীপুম খুদিংমক মশা-মউ ফনা লৈনবগীদমক চাং নাইনা শঙ্গোম থক্কদবনি হায়রি।

চাং নাইনা শঙ্গোম থক্লবদি ভিটামিন এ, ভিটামিন বি-১২, ভিটামিন দি, কেলসিয়ম, কার্বোহাইদ্রেট, ফোসফরস, সিলেনিয়ম, মেগনেসিয়ম, প্রোটিন, জিঙ্ক অমদি রাইবোফ্লেভিননচিংবা হকচাংদা কান্নবা ন্যুট্রিয়েন্টশিং ফংবা ঙম্মী।

কেলসিয়মনা কেন্সর, শরূ পাথরকপা, অরথ্রাইটিস, মাইগ্রেন হেদেক, প্রি-মেন্সট্রুয়েল সিদ্রোম অমদি ওবেসিটিনচিংবদগী ঙাকথোকপা ঙম্মী। হকচাংগী কান্নবা ফেট লৌথোক্তুনা হকচাংগী অরুম্বা হুম্বহনবদসু মতেং পাংই। শেল ইচঙ চঙহন্দনা অরায়বা মওংদা কেলসিয়ম ফংনবগী পান্থৈদি চাং নাইনা শঙ্গোম থকপনি। কেলসিয়মনা হার্টকী মথৌ নীংথিনা তৌহনবগা লোয়ননা ষ্ট্রোক তৌহন্দে। জপানদা মতম শাংনা চৎখিবা ষ্টদি অনীগী রিপোর্ট মতুংইন্না নুমীৎ খুদিংগী চাং নাইনা কেলসিয়ম চারবদি ষ্ট্রোক, এথরোস্ক্লেরোসিস অমসুং কার্দিওভাস্কুলর দিজিজগী রিস্ক হন্থহল্লি হায়রি। কেলসিয়মনা শরূগী মপাঙ্গল কন্না থম্বদা মতেং পাংই। ওষ্টিওপোরোসিসনচিংবা শরূগী লায়না কয়া শঙ্গোম থকপনা ঙাকথোকপা ঙম্মী। অঙাংশিংবু নুমীৎ খুদিংগী চাং নাইনা শঙ্গোম পীথক্লবদি শরূ কলহনবদা নৎতনা য়াগী মপাঙ্গলসু কলহল্লি।

মীওইবগী হকচাং অসি চাদা ৮০ রোমদি ঈশিংগী শরকনি। ঈশিংনা হকচাংগী কয়াৎ অয়াম্বা মথৌ নীংথিনা তৌহনবা ঙল্লিবনি। ঈশিং থক্তবদি দিহাইদ্রেসন তৌদুনা কয়াৎ অয়াম্বা শোকচিল্লকই অমসুং খুদোংথিবা কয়ামরুম থোকহল্লকপা য়াই। অদুবু ঈশিং ফদবা মতমদা শঙ্গোম গ্লাস অমা থক্লবদি দিহাইদ্রেসন তৌহন্দে।

মালেমদা ষ্টাইলগী মশক ফজবী নুপীনি হায়না লৌনরিবা নাইলগী মহারানি ক্লিওপত্রাগী মরমদা মীয়াম্না শোয়দনা খঙনরক্লে। ক্লিওপত্রনা নুপী খুদিংগী শঙ্গোমনা ঈরুজবগী হৈনবী থম্মী। শঙ্গোমনা উনশা ফজহনবগা লোয়ননা কুচুসু শেংহল্লি। মরম অদুনা অকে অমৌগী তোঙান তোঙানবা পোৎলম (কোস্মেটিক) শাবদা শঙ্গোমবু মরুওইবা মচল অমা ওইনা হাপ্লি।

মেদিকেল রিছার্চ অমগী রিপোর্টনা হায়খি, নুমীৎ খুদিংগী চাং নাইনা শঙ্গোম থক্লবদি হকচাংদা কান্নরবা ভিটামিন অমসুং মিনরেল কয়ামরুম ফংবা ঙম্মী। অমরোমদা সোদা য়াওবা সোফ্ট দ্রিঙ্ক থকপনা হকচাংদা কেলসিয়মগী চাং হন্থহল্লি। হকচাংগী কয়াৎ অয়াম্বা মথৌ নীংথিনা তৌহনবদা কেলসিয়ম চঙই। মরম অদুনা সোফ্ট দ্রিঙ্ক থকপগী মহুৎ নুমীৎ খুদিংগী শঙ্গোম থক্কদবনি হায়না দাইটিসিয়নশিংনা রেক্কমেন্দ তৌরি।

এসিদিটি অমদি পুক শাওগৎপগী খুদোংচাদবসু শঙ্গোম থক্লগা কোকহনবা ঙম্মী। শঙ্গোম গ্লাস অথনবা অমদা ভিটামিন এ অমসুং ভিটামিন বি মরাং কায়না য়াওবা মরম্না মীৎ ফহনবগা লোয়ননা রেদ ব্লদ সেল (আর বি সী) কাউন্ট হেনগৎহল্লি; কার্বোহাইদ্রেট য়াওবনা হকচাং কনখৎহল্লি; পোটাসিয়ম য়াওবনা নর্ভশিংগী মথৌ ফগৎহল্লি; মেগনেসিয়ম য়াওবনা মশল কলহল্লি, ফোসফরস য়াওবনা পাঙ্গল কলহল্লি অমসুং প্রোটিন য়াওবনা অমাঙ অতা থোক্লবা সেল শেমগৎপদা মতেং পাংই। চাং নাইনা শঙ্গোম থক্লবদি অহল ওইশিল্লক্লবসু নহা অমগুম হকচাং কন্না অদুমক লৈবা ঙম্মী হায়রি।

অনৌবা ষ্টদি অমগী রিপোর্ট হায়খি, চাং নাইনা শঙ্গোম থক্লবদি কোলোন কেন্সর নারবা মীওইশিংগী পুন্সি শাংদোকহনবা ঙম্মী। অদুবু চেকশিনগদবা অমনা শঙ্গোমদা য়াওবা লেক্টোস কৌবা মচল অমনা কনাগুম্বা পুক নুংঙাইতবা, নুংশিৎ কাবা, পুক নাবা অমসুং খোঙ হামথবগী খুদোংচাদবা মায়োক্নহনবা য়াই। অমবু ওইরবসু অমবু ওইরবসু ষনবীনা হরাওরিডৈদা শুংবা শঙ্গোমদা কান্নবা মচল কয়ামরুম য়াওই হায়বসিমদি ময়েক শেংনা খঙলবা ৱাফমনি। মরম অদুনা শঙ্গোম শুল্লমদাইদা ষনবীবু য়ারিবমখৈ হরাওহনগদবনি হায়রি।

ময়াই কাবা চীঙাক্লা খুন্নাইদা পীবা চৈথেং অমদি থিংবদা মীয়ামগী থৌদাং হায়বা হিরমদা খন্ন-নৈনখ্রে

ইম্ফাল, মে ০২ (ঐচ এন এস): কোলিসন এগেনষ্ট দ্রগ এন্দ অলকোহোল (কাদা) না লমদম অসিদগী ময়াই কাবা চীঙাক মরূ ফংনা মুথৎনবা পান্দমদা লেপ্পা লৈতনা চঙশিল্লকপা খোঙজংগী শরুক অমা ওইনা ঙসি খুরাই পুথিবা লৈকায়, পুথিবা কম্মিটি হোলদা ময়াই কাবা চীঙাক্লা খুন্নাইদা পীবা চৈথেং অমদি মসিবু থিংবদা মীয়ামগী থৌদাং হায়বা থীমদা এৱ্যেরনেস প্রোগ্রাম অমা পাঙথোকখ্রে।

কাদাগী ইনফোর্মেসন এন্দ পব্লিসিটি সেক্রেটরি এল সঞ্জিৎনা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়, থৌরম অদুদা কাদা ইম্ফাল ইষ্ট দিষ্ট্রিক্ট কম্মিটিগী প্রসিদেন্ট নিংথৌজম ওংবী মেমচৌবী, খুরাই নান্দৈবম জি পিগী প্রধান য়ুম্নাম ওংবী চিত্রা, সোসল রিফোর্মস ক্লব, খুরাই পুথিবা লৈকায়গী প্রসিদেন্ট ফিজম ইবোহলবী, লাইনিংথৌ পুথিবা লাইবুং কম্মিটিগী প্রসিদেন্ট এল বিমোল, খুরাই পুথিবা লৈকায় ৱিমেন্স দিভলপমেন্ট কম্মিটিগী প্রসিদেন্ট সাইরেম ওংবী মংলেম্বী অমদি সোসল রিফোর্মস ক্লব, খুরাই পুথিবা লৈকায়গী ভাইস প্রসিদেন্ট ইবোতোম্বীনা প্রসিদিয়ম মেম্বর ওইনা শরুক য়াখি।

থৌরম অদুদা রিছোর্স পার্সন ওইনা শরুক য়ারদুনা এম সী রিতানা হায়খি, লমদম অসিদা লৈরিবা সিবিল সোসাইটিশিং, ক্লব, মৈরা পায়বী অমদি এক্সাইজ দিপার্টমেন্টনা হন্দক মণিপুরগী মফম কয়াদা য়ু থিংনবা অকনবা দ্রাইব চঙশিল্লিবা অসি থোইদোক হেন্দোক্লা থাগৎলি। ময়াই কাবা চীঙাক্কী কোমদা লুপশিন্দুনা মাঙখিগদৌরবা ঙসিগী মণিপুর খুন্নাই অসিদা ঐখোয়গী ইচাশিং করম্বা এদ্যুকেসন পীরগা করি পাউতাক্লা ময়াই কাবা চীঙাক্তগী কলহৌগদগে হায়বসি মমা ওইবীশিংনা ৱাখল খন্থবা তঙাইফদ্রে। ইরমদম অসিদা শোখরক্লিবা অসি শেমদোক্লবা হোৎনবদা নুপী খুন্নাইনা অপূনবা লিংজেল শাগৎতুনা থৌদাং য়াগদবনি। মতম লৈরিঙৈদা মীকুপ অসিদগী শিন্থা পাংনবা হোৎনরসি হায়নসু ফোঙদোকখি।

থৌরম অদুদা ৱা ঙাঙলদুনা কাদাগী প্রসিদেন্ট এদভোকেট ৱাই রতনকুমারনা হায়খি, ঙসিগী লৈঙাক্কী নাকোং য়ৌনবা ময়াই কাবা চীঙাক থিংবগী খোঙজং কনশিনবা তাই। ইনিদয়া অমদি মণিপুরগী ওইনা শেমখিবা ময়াই কাবা চীঙাক্কী এক্টশিং মথৌ নীংথিনা তৌনবগী অকনবা মীৎয়েং চঙবীবা ফগনি। খুন্নাই অসি ঙসিগী কা হেন্না শোকচিনখ্রে। ইমুং খুদিংমক ময়াই কাবা চীঙাক্কী চৈথেং ফংলে। মসি পুম্নমক কনবা ঙম্নবা য়ুমথোঙ খুদিংগী মীওইশিং নুমীৎ খুদিং ময়াই কাবা চীঙাক্কী খন্ন-নৈনবনা খুন্নাইগী অচুম্বা ময়াই কাবা চীঙাক থিংবগী খোঙজংদা কান্নবা ওইগনি। মীদিয়ানসু ময়াই কাবা চীঙাক্কী এক্টশিং মীয়ামদা খঙহনবগী তঙাইফদবা লৈ হায়নসু ফোঙদোকখি।

খুরাই নান্দৈবম জি পিগী প্রধান ৱাই চিত্রানা হায়খিবদা, ঐখোয় ময়াই কাবা চীঙাক্তগী লাপথোকসি হায়রগদি ইশা-ইশাগী ইমুংদগী হান্না শেমদোকপা তাই। নুপী খুন্নাইনা হকচাং শোক্লিংঙাই ওইরবা ক্বাগী পোৎলমশিং থাদোকপা ঙল্লবদি ময়াই কাবা চীঙাক মখল খুদিংমক থিংবদা মঙম শানবা ঙমগনি হায়নসু ফোঙদোকখি।

এস আর সীগী এদভাইজর য়ুমখাইবম কুঞ্জকিশ্বরনা হায়খি, মতম অমগী মথৌনা লৈবা মণিপুর খুন্নাইনা ময়াই কাবা চীঙাক্তা লাইচুরকপগী থৌওং অসি অতোপ্পা লৈবাকশিংগী মমাঙদা ঈকায়নিংঙাইনি। মীয়াম পুন্না হৌমিন্নরবদি ময়াই কাবা চীঙাক থিংবগী খোঙজং মায় পাক্কনি হায়নসু ফোঙদোকখি।

কাদা ইম্ফাল ইষ্ট দিষ্ট্রিক্ট কম্মিটিগী প্রসিদেন্ট মেমচৌবীনা ফোঙদোকখিবদা, ময়াই কাবা চীঙাক থিংবগী খোঙজং কনশিনবা অদুগা মশামশানসু ময়াই কাবা চীঙাক্কী অমাঙবা খঙবা তাই। স্কুল, কোলেজদসু চথরিবা কেম্প্যেন অসি মীয়াম অসিগীদমক্তি, মীয়াম্নসু মতেং পাংবীয়ু হায়না মখা তানা ফোঙদোকখি হায়নসু কাদানা থাদোরকপা চেরোলসিনা মখা তারি।

ৱার্কশোপ পাঙথোক্কদৌরি

ইম্ফাল, মে ০২ (ঐচ এন এস): ফিল্ম সোসাইটি মণিপুরনা ওল ট্রাইবেল ফিল্ম দিভলপমেন্ট কোওপরেসনগা খুৎশম্ননা শীন্দুনা উখ্রুলদা ফিল্ম মেক্কিংগী মতাংদা নুমীৎ নীনিগী ওইবা দেমোনষ্ট্রেসন ৱার্কশোপ অমা পাঙথোক্লগনি হায়না কোর্স কোওর্দিনেটর বোবি ৱাহেংবমনা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা হায়, উখ্রুলদা থা অসিগী ১৬ তগী ২০ ফাওবা শিরোই লিলি ফেষ্টিবেল অসিগা ঈরোয়ননা শিরোই ফেষ্টিবেল ওফ বেষ্ট সাউথ ইষ্ট এসিয়ন ফিল্মসু পাঙথোক্কদৌরি। ফিল্ম মেক্কিংগী ৱার্কশোপ অসিদা য়াওনিংবশিংনা থা অসিগী ১৫ গী মমাঙদা দি আই ও, উখ্রুলগী ওফিসতা এপ্লিকেসন পীবা য়াগনি হায়নসু মখা তারি।

আর্টিসান আইদি কার্দকী কান্নবশিংগী মতাংদা খঙমিন্নবা এৱ্যেরনেস পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, মে ০২ (ঐচ এন এস): ইন্দিয়া গভর্ণমেন্টনা অখন্নবা মীৎয়েংগা লোয়ননা পায়খৎলক্লিবা পহেচান্দ, আর্টিসান আইদি কার্দকী মতাংদা খঙমিন্নবা এৱ্যেরনেস প্রোগ্রাম অমা ঙসি ব্রহ্মপুর অধিকারিময়ুম লৈরক, ইম্ফাল ইষ্টতা পাঙথোকখ্রে।

মার্কেটিং এন্দ সার্ভিস এক্সটেন্সন সেন্টর ওফিস ওফ দ দিভলপমেন্ট কম্মিস্নার (হেন্দিক্রাফ্ট) কী মীৎয়েং মখাদা সোসাইটি ফোর এদভোকেসি এন্দ রেপিদ দিভলপমেন্ট এন্দ এদভান্সমেন্টনা শীন্দুনা পাঙথোকখিবা থৌরম অদুদা প্রসিদেন্ট ওইনা শরুক য়ারদুনা নেসনল ভাইস প্রসিদেন্ট মহিলা মোর্চা বি জে পি, এ সর্দানা হায়খি, পহেচান্দ হায়না মিংথোনবা আর্টিসান আইদি কার্দ রেজিষ্ট্রেসনগী থবক অসি ইন্দিয়া গভর্ণমেন্টনা খুৎ-শা হৈবগী লমদা থবক তৌরিবা আর্টিসানশিংগীদমক পায়খৎলকপা মরুওইবা থৌশিল অমনি। শিনফম কয়াদা লৈরিবা খুৎ-শা হৈবগী থবক তৌরিবা আর্টিসানশিংদা পহেচান্দ হায়বা আর্টিসানগী আইদি কার্দ অসি ফংহন্দুনা তোঙান তোঙানবা হিরম কয়াদা কান্নবশিং পীগদৌরি। আর্টিসান আইদি কার্দ পায়বশিংনা ফংবা য়াবা খুদোংচাবা কয়া লৈরি। খুৎ-শা হৈবগী থবক তৌরিবা আর্টিসানশিংনা আইদি কার্দ অসি পায়রবদি মপান লমদা ইকজিবিসন্নচিংবা চৎপা মতমদা চথোক-চৎশিন্নচিংবগী শেনফমশিং লৈঙাক্লা পুথোক্কদবনি। মসিদা নত্তনা কার্দ অসি পায়বশিংনা ফংবা য়াবা কান্নবা খুদোংচাবা কয়াসু লৈরি।

এৱার্দ ফংলবা আর্টিসানশিংগীদমকসু তোঙান তোঙানবা কান্নবা কয়া লৈরে। আর্টিসানশিংনা করিগুম্বা খুদোংথীবা থৌদোক অমা থোক্তুনা অৱা-অনা তারকপা মতমদসু ফংবা য়াবা খুদোংচাবশিং লৈরি। পেহচান্দ, আর্টিসান আইদি কার্দ পায়বগী কান্নবশিং অদু খঙমিন্নবা তঙাইফদে হায়নসু ফোঙদোকখি।

থৌরম অদুদা ষ্টেট এৱার্দী অরিবম বিজয়মালানা চিফ গেষ্ট ওইনা শরুক য়াখি। মণিপুর ক্রিকেট এসোসিএসনগী হান্নগী সেক্রেটরি হাওবম বিরমঙ্গোল অমদি মার্কেটিং এন্দ সার্ভিস এক্সটেন্সন সেন্টরগী এসিষ্টেন্ট দিরেক্টর সঞ্জিবকুমারনা গেষ্ট ওফ ওনর ওইনা শরুক য়াখি।

আই ও সীগী মথক্তা লান্দা চথখ্রে : পিপলস ৱার গ্রুপ

ইম্ফাল, মে ০২: কাংপোকপী দিষ্ট্রিক্টকী এস টর্নিং হায়না খঙনবা মফমদা এপ্রিল ৩০ গী অয়ুক্তা ওইল টেঙ্কর অহুমদা নোংমৈ কাপশিন্দুনা অশোক-অপন অমদি অকায়-অতোয় নংহনখিবা অদু পিপলস ৱার গ্রুপকী লাঞ্জাবা য়ুনিট অমনা লান্দা অদু চথখিবনি হায়না পিপলস ৱার গ্রুপনা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা ওপরেসন কোল্ড হার্টকী পার্ট এন্দ পার্সেল অমা ওইনা ইন্দিয়ন ওইল কোর্পোরেসনগী মথক্তা ফেজ-ৱানগী অহুমশুবা অচম্বা লান্দা অদুদা অশোক-অপন নংখ্রবা ওইল টেঙ্কর দ্রাইভরশিংগীদমক কম্যুনিষ্ট রেভল্যুস্নরিশিংগী মীতিনফম ওইরিবা পিপলস ৱার গ্রুপনা থম্মোয় শেংনা নুংঙাইতবা ফাওই। ইন্দিয়ন ওইল কোর্পোরেসনগী হায় ক্লাস ওফিসল অমা ওইরিবা রিজনল মেনেজর অমদি রিটেল মার্কেটিং মেনেজর য়াওনা খুৎলিংবা ওইল মাফিয়া কাঙবুশিংগী মথক্তা হান্না মাঙজৌননা অথিংবা কয়া থম্বতা নত্তনা লৈবাক মীয়াম খঙনা মখোয়গী অরোনবা হুরান-লান্না লীচৎশিং অদুগী শেংদোক ৱাফোং চেরোল থোক্লক্লবা অকনবা ৱাফম কয়া পিপলস ৱার গ্রুপনা থম্বা লৈখ্রে।

ওইল মাফিয়া কাঙবু অসিদা খুৎপু অমনা ৱাংখৈদা দুপ্লিকেট কে (টেঙ্কর)গী ছোজৈ শাহল্লগা খটখতিদা ওইল টেঙ্করশিংদগী অফবা থাউ লৌথোক্লবা তুংদা চপ মান্নবা ভোল্যুমদা ২০-২৫% কেরোসিন ওইল য়ানশিনবগী থবক চথদুনা ফংলকপা লুপা খাওজাওনা খুজিং ওইবা শেনফমশিংদগী খরা খায়দোক্তুনা আই ও সীগী দিপোশিংদা লৈরিবা ওফিসলশিংদা খুৎশিন্নবগী থবক তৌদুনা লাক্লি। খুৎপু অমনা অমুক ওইল দিপো অসিগী ওফিসলশিংগা লৌতুনদুনা কেরোসিন য়াল্লক্লবা গেসোলিন/পেট্রোল ওইলদা অমুক পেট্রোলগী কেলোরিফিক ভেল্যু ৪৭ এম জে/কে জি ফংনবা জিরো ওইল অমুক য়ানশিন্দুনা ফ্লসিং প্রোব্লেম লৈতনবা পেট্রোলগী লৈফম থোকপা 45^{0} এফ ফংনবা লেবেল শেন্দ্বগী থবক তৌবদা আই ও সীগী রিজনল মেনেজর য়াওনা চেন্নরে হায়বসি মীয়াম্না হেন্না খঙলবা ৱাফম ওইরে। ওইল মাফিয়া খুৎপু অসিগী থাউজুম/থাউনিং থকপা টেঙ্কর দ্রাইভর কয়া অমসু ঙসিদি ওইল টেঙ্করগী মপু ওইদুনা ওল মণিপুর ওইল টেঙ্কর ওন্নর এসোসিএসন্দা য়াওশিন্দুনা অচৌবা থৌদাং লৌবা কয়া অমসু লৈরম্লোই হায়নিংঙাই লৈতে।

পিপলস ৱার গ্রুপতি লাল্লবদি লাল্লি, চুল্লবদি চুম্মী হায়বগী পাঙ্গল চপ চানা লৈজবা য়ুনাইটেদ ফ্রন্ট অমনি। মসিদা অপূনবা ফ্রন্ট অসিনা ৱানা অমা ঙাঙলনা থবক্লা অমা তৌবগী কলচর লৈতে হায়বসি ফ্রন্ট অসিনা শাফোঙলক্লবা তুংদগী ওর্গনাইজেসনল ষ্ট্রেটেজি য়েংলগা লৈবাক মীয়াম্না হেন্না খঙফম থোক্কই। ইন্দিয়ন ওইল কোর্পোরেসনগী রিটেল মার্কেটিং মেনেজর ওইরিবগী লৈফম ৱাংখৈ অয়াংপল্লি রোদতা এপ্রিল ২৭ তা অর্বান ৱার ফিয়ার য়ুনিটকী কাঙবুনা বোমগী লান্দা অমা ওইনা ময়ুমদা বোম থমজিনখি।

আই ও সীগী হ্বাইট কল্লরশিংনা তৌরক্লিবা লৈবাক মচা তাদবা থৌওংশিং অদুগী পাউখুম ওইনা অহুল্লকশুবা লান্দা ওইনা ওইল টেঙ্কর দ্রাইভরশিংদা খুৎ থাবগী থবক চথখিবনি। দ্রাইভরশিংবু য়েক্লবা অমা ওইনা লৌখিবা লৈতে। পিপলস ৱার গ্রুপনা থল্লিবা অসিগী ৱাংমদা খোঙ থাংজিল্লক্লবদি এন্টি রেভল্যুস্নরি ইলিমেন্ট অমনি হায়না লৌবগা লোয়ননা হেন্না কনবা থৌদোক থোক্লকপদা অপূনবা লূপ অসিনা ৱাকৎ অমত্তা লৌরোই।

পিপলস দ্রাইব রেভল্যুস্নরি ফ্রন্ট অমা ওইনা পিপলস ৱার গ্রুপনা শাফোঙলকপদগী হৌনা তৌগদবা থবক থৌরম পুম্বা মাইক্রোস্কোপিক অমদি টেলিস্কোপিক ভিজন অমগা লোয়ননা কম্মন ফ্রন্ট লাইন অমা য়াৎতুনা পাঙথোক্লকপনা য়াম্না তপ্পা খোঙথাংদা হিরম খুদিংমক্তা তপ্না তপ্না কম্যুনিষ্ট লাঞ্জং মায় পাক্লা চঙশিনবা ঙল্লে। অতেনবা মতমদা চীং-তম অনীগী ওইবা লীপুন অমসু য়ুনাইটেদ ফ্রন্ট অসিনা শাগৎপা ঙল্লকপগা লোয়ননা চীংগী লমদমদা পিপলস ৱার গ্রুপকী রেদ গার্দশিংনা খোঙদাবা ঙম্বা অসি অচৌবা পাঙ্গল অমা শাগৎপদা চীংবুরোয়শিংনা অচৌবা থৌদাং লৌবীবননি। মসিগীদমক পিপলস ৱার গ্রুপনা চীংমী ইচিল-ইনাওশিংগী মফমদা তৌবীমল খঙবা উৎলি। য়ুনাইটেদ ফ্রন্ট অসিনা মখা তারকপা ওইনা ওপরেসন কোল্ড হার্টকী শরুক অমা ওইনা আই ও সীগী মথক্তা ফেজ-টুগী লাঞ্জং চঙশিন্নবগী ঠিওরিটিকেল কন্সেপ অমদি গ্রাউন্দ পোজিসন য়েংদুনা অকনবা লান্দা চঙশিন্নবগীদমক শেম-শারগনি হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তারি।

ঈ-ৱেষ্ট মেনেজমেন্ট ৱার্কশোপ

ইম্ফাল, মে ০২ (ঐচ এন এস): এন আই ঈ এল আই টি, ইম্ফালনা শীন্দুনা থা অসিগী ৫ ফাওবা চথগদবা ঈ-ৱেষ্ট মেনেজমেন্টকী এৱ্যেরনেস ৱার্কশোপ অমা ঙরাং চুড়াচান্দপুর গভর্ণমেন্ট কোলেজদা হৌদোকখ্রে।

দি আই ও, চুড়াচান্দপুরনা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়, নুমীৎ মঙানিগী ওইবা এৱ্যেরনেস ৱার্কশোপ অদু হৌদোকপগী থৌরমদা চুড়াচান্দপুরগী দি সী, আর সুদান, চুড়াচান্দপুর গভর্ণমেন্টকী প্রিন্সিপাল রিকি ভানলাল্লোম, এন আই ঈ এল আই টি, ইম্ফালগী ইকজিক্যুটিব দিরেক্টর টি ঐচ প্রামেশ্বরনা মথংশিৎনা চীফ গেষ্ট, গেষ্ট ওফ ওনর অমদি প্রসিদেন্ট ওইনা শরুক য়াখি।

থৌরমদুদা ৱা ঙাঙলদুনা চুড়াচান্দপুরগী দি সী, আর সুদাননা হায়খি, ইলেক্ট্রোনিক ৱেষ্টশিং দিস্পোজ তৌনবগী মতাংদা নীংথিনা খঙমিন্নবা তঙাইফদে। হৌজিক্কী মতমদা মীয়াম্না শীজিন্নরিবা ইলেক্ট্রোনিক্কী পোৎলম ময়াম অসিদগী ঈ-ৱেষ্টশিং থোরক্লি। মসি মতৌ করম্না দিস্পোজ তৌগদগে হায়বগী মতাংদা ঐখোয় পুম্নমক্না খঙমিন্নবা তঙাইফদে হায়নসু ফোঙদোকখি।

এন আই ঈ এল আই টি, ইম্ফালগী ইকজিক্যুটিব দিরেক্টর প্রামেশ্বরনা হায়খি, ঈ-ৱেষ্টশিং মফম চাদনা দিস্পোজ তৌবা হায়বসি খুদোংথীংনিংঙাই ওই। ঈ-ৱেষ্ট প্রদক্টশিং মফম চাদনা হুন্দোকপা মতমদা শোক্লকপা য়াবশিং খঙমিন্নবা তঙাইফদে হায়নসু ফোঙদোকখি।

ইমাগী শক্তম হায়না মিংথোনবা শৈরেংগী লাইরিক ফোঙখ্রে

ইম্ফাল, মে ০২ (ঐচ এন এস): অইবা লৈখিদ্রবা পৌজাইরুং থাইমৈনা ইরম্বা শৈরেংশিং খোমজিন্দুনা ফোঙবা শৈরেংগী লাইরিক *ইমাগী শক্তম* ঙরাং কৈশামথোং কবুই কম্যুনিটি হোলদা ফোঙখ্রে।

পৌজাইরুং থাইমৈ মেমোরিএল ট্রষ্টনা শীন্দুনা পাঙথোকখিবা থৌরম অদুদা শৈরেংগী লাইরিক *ইমাগী শক্তম* ফোঙখি। থৌরম অদুগা মরী লৈননা ৱা ঙাঙলদুনা পৌজাইরুং থাইমৈ মেমোরিএল ট্রষ্টকী মরুওইবা থৌ পুবা ওইরিবা গাইজিলুংনা হায়খি, অইবা লৈখিদ্রবা পৌজাইরুং থাইমৈনা হিংলিঙৈ মতমদা শৈরেং, ৱারেং মখল কয়া ইদুনা থল্লম্মী। অইবা অসিনা লৈখিদ্রবা মতুংদা মহাক্লা থল্লম্বা চে-চাংশিং য়েংলবা মতমদা শৈরেং কয়া ইদুনা থম্বীরম্মী। ইদুনা থল্লম্বা শৈরেংশিংগী মনুংদগী শৈরেং কয়া খনগৎলগা *ইমাগী শক্তম* হায়না মিংথোনবা শৈরেংগী লাইরিক অসি পুথোকপনি। অইবা অসিনা ইরম্বা শৈরেংশিংগী মনুংদা ইমাবু শৈথাদুনা ইবা কয়া য়াওবীরম্মী। ইমাগী শক্তম হায়না মিংথোনবা শৈরেংসু য়াওরম্মী। ইমাবু শৈথাবা শৈরেং কয়াসু থম্বীরম্বা অসি য়েংলগা মতুংদা ফোঙলিবা লাইরিক অসিগী মমিংসু ইমাগী শক্তম হায়না মিং থোনবনি।

শৈরেং কয়া অমসু হৌজিক ফোঙদনা লৈরি। ৱারেং কয়া অমসু ইদুনা থম্বীরম্মী। ৱারেংনচিংবা ইদুনা থম্বীরম্লিবা কয়া অসিসু ফোঙবা পাম্মী। হিরম অসিগী মতাংদা করি লৈবগে হায়বদু অখঙ-অহৈশিংগা তান্নগনি। লৈখিদ্রবা পৌজাইরুং থাইমৈগী ইমুং-মনুংগী মীওইশিংনসু লৈখিদ্রবা অসিনা ইজরম্বা শৈরেং কয়া অসি লাইরিক ওইনা ফোঙনিংবগী ৱাখল্লোন লাকপগা লোয়ননা লাইরিক অসি ফোঙবনি হায়নসু ফোঙদোকখি।

থৌরম অদুদা রিটয়ার্দ এদিসনল দিরেক্টর এদ্যুকেসন (য়ু), নেসনল এৱার্দী এ কে শর্ম্মনা চীফ গেষ্ট, কৈশামথোং কবুই খুলগী খুল্লাকপা ওইরিবা ষ্টেট কলা একাদেমী এৱার্দী (ট্রাইবেল কলচর) লুংপুইগা রেমৈনা প্রসিদেন্ট ওইনা শরুক য়াখি। রুংমৈ লিটরেচর সোসাইটি মণিপুরগী প্রসিদেন্ট রাগোনিং গাংমৈ অমদি কবুই লিটরেচর এন্দ রিছার্স একাদেমী মণিপুরগী প্রসিদেন্ট লানবোনলুং লোংমৈনা গেষ্ট ওফ ওনর ওইনা শরুক য়াখি।

থৌরম অদুদা বুক রিভিয়ুৱর ওইনা দি এম কোলেজ ওফ আর্টসকী এসোসিএট প্রোফেসার ডা. মোইরাংথেম প্রিয়োবর্ত্তনা লাইরিক অদুগী মরমদা ৱা ঙাঙখি।