

ਰੂਚਨਙ ਟੇਙਆਲੇ ਰੀਅਰਯੰਕਰ, ਯਥਾਯੰਰਙਰ ੦੬, ੬੦5੬, ਯਯੈਨ 80 ੮੩ 5੬, ੬੭੬ ੮3 ੬੮੫
ছইয়েন লানপাউ নিংথৌকাবা, ওক্টোবৰ ০৩, ২০১৬, ইম্ফাল ৪০ শুবা চহী, ১৮৩ শুবা মশীং

মহৈৰোয়শিংগী মীখল

লাইৱিক তষদগী মীখলনা হেন্না থৰায় য়াওহ্মিংদে

মণিপুৰখক্তা নন্তনা ইন্দিয়া পুশ্বগী ওইনা মহৈৰোয়শিংগী মীখল হায়বসি শেল য়ান্না চঙই অমসুং ঈরাং য়ান্না থোক্লি। দিল্লি য়ুনিভসিটিগী ওইনা অতৈ মাঙজিল থাই হায়না লৌনৱিৰা ষ্টেটশিংগী মহৈশঙশিংদা পাঙথোকপা মীখলশিংদা মৰু ওইনা লম্বা তৌনৱিৰসি পোলিটিকেল পাৰ্টিদা বেজ তৌবা মহৈৰোয় ল্পশিংনি। কোংগ্ৰেস পাৰ্টিগীনা নেসনেল ষ্টুদেণ্টস য়ুনিয়ন ওফ ইন্দিয়া (এন এস য়ু আই), ভাৰতিয়া জনতা পাৰ্টি (বি জে পি) গীনা অখিল ভাৰতিয়া বিদ্যাৰ্থি পৱিষদ (এ বি ভি পি), কম্যুনিষ্ট পাৰ্টি ওফ ইন্দিয়াগীনা ওল ইন্দিয়া ষ্টুদেণ্টস ফেদৰেসন (এ আই এস এফ) অমসুং আম আদ্মী পাৰ্টি (এ এ পি) গী ছাত্ৰ যুব সঙ্ঘৰ্শ সমিটি (সী ৱাই এস এস) নচিংবৰগী মীছৎশিং থাগৎলি। মৰু ওইদা দিল্লি য়ুনিভসিটিদদি মীখল অসিদা ল্পা ক্ৰোৱ কয়া চাদিং তৌই হায়না পান্নৈ। মতৌ অসুন্না অতৈ ষ্টেটশিংদসু পোলিটিকেল পাৰ্টিশিংনা শেন্সা ষ্টুদেণ্টস ৱিংনা মহৈৰোয়শিংগী মীখলদা শৰুক য়াই। অদুগা মণিপুৰদদি মওং-মতৌ অসিদগী খৰমথৈ নাথৈৱগা চৎলি। মীখলগী মতমদা ফোংনা মহাক্সা এমসুগী মীৱেপনি, মানা দেসামগীনি, এম এস এফকীনি, সুককীনি, কে এস এগীনি হায়ৰনচিংবা ফাওবা মকা লান্না ফোঙদোক্লদে। মীখলদা পোলিটিকেল পাৰ্টিশিংনা মথোয়গী ওইবা মহৈৰোয় থাদোকপগী পান্দমগা মণিপুৰদা মহৈৰোয় ল্পশিংনা মথোয়গী মীছৎশিং মীৱেপ ওইননবা থাদোকপগা কৱিসু খেম্নাব লৈতে হায়না লৌবা য়াই। পোলিটিকেল পাৰ্টিগী মিংদা মীখল থেংনৱিৰশিংনা লৈবাক্ষী অচৌ-অচৌবা ইসুশিংদা পাৰ্টি অদুনা চঙশিনবা খোঙজ্‌দা অচৌবা যৌদাং লৌহমনবনি। অদুগা মণিপুৰদা তৌৱিৰা মওং মতৌ অসিনা সোসল ইসুশিং য়াওনা মথোয়গী পেৰেণ্ট বোদি ওইৱিৰা মহৈৰোয় ল্পশিংনা চঙশিল্লকপা খোঙজ্‌ নংত্ৰগা মথোয়গী পান্দমগী মখাদা কৱিগুশ্বা অমা ফংননবা তাল্লকপদা অপুনবা ফোৰ্‌ অমা শাগৎননবনি।

মহৈৰোয় হায়বসি চহী নৌৱিৰা, খজিঙং হেক তৌবদা ৱাৱৌগনবা, মপু্ক্লিং নুংশিগনবা অমসুং শিনি-নানি খঙদনা থবক তৌবা কাঙবুনি। মথোয়বু নিংথিজনা ৱাখল্লোন অমদা পুশিল্লগা খুন্মাই অসিগী অফবা থবক্তা শীজিন্নৱবদি থবকশিং অদু মায় পাজনিংঙাই লৈৰোই। মথোয়না চঙশিনবা খোঙজ্‌ অয়াস্না মুক্লবদা কিদবা ওইবা মৱল্ল ঈরাং থোকহু দনবা হোংনবদা পুলিসনা অৱাৰা কয়া মায়োক্লে। ফাৰুৱে, চহী শুদে হায়ৱকপা, ফুৰুৱে মহৈৰোয়দা ফুই হায়না চৈনৱকপা কয়া অসিনা মথোয়বু লোগী মতুং ইন্না চপ চানা থেংনবা হায়বসি য়াৱক্তবা মতাং থোক্‌ই। মণিপুৰদা সিভিল সোসাইটি ওগনাইজেসনশিংনা চঙশিনবা ঈহৌ অয়াস্না মহৈৰোয়শিং শৰুক য়াই। মহৈৰোয়শিংনা পুকচেল খোয়জেল তিন্ননা চপ চানা খোঙজ্‌ অদুদা শৰুক য়াৱক্লবদি লৈঙাকসু খাঙবদা য়ান্না ৱাই অমসুং মথোয়না তাল্লিবা দিমাঙ্গ অদু দীদবা ওমদে। মৱম ময়াম অসি য়েংলুৱগা মহৈৰোয়শিংগী মীখল হায়বসি কনাগুশ্বা খৱদদি য়ান্না লুন্না লৌই। মৱম অদুনা কোলেজ নংত্ৰগা হায়ৱ সেকেন্দৰী স্কুলশিংগী মীখলশিংগী মথোয় মথোয়গী মীৱেপ থাদোক্লগা মায় পাকহম্ননবা অয়েৌবা থাক্তা হোংনৈ। পান্দল মান্নাব মশেল মীখলদা থেংনৱকপা অমসুং মথোয় মথোয়গী মীছৎনা কাদবা য়াদে হায়বগী শাকু পীশিন্নৱকপনা ফুনা-চৈনবা, পামদবা যৌদোক কয়া থোৱকই। মসি কমদৌনা থিংগদগে হায়বসি অৰুবা অমনি। সী সী হায়ৱ সেকেন্দৰী স্কুল য়াওনা হায়ৱ সেকেন্দৰী স্কুল খৱশক্ৰী ওইবা মীখল পাঙথোক্‌শ্ৰে। মীখল অদুনা তোঙান-তোঙানবা ফমশিংগী মীৱেপশিং থাদোক্লখি। মীখল অদুদা মথোয় মথোয়গী মীৱেপশিং মায় পাকহম্নবগীদমক মপান্দল ফৃদোক্লৱকপদা ফুনা-চৈনবগী যৌদোক থোকখিবগী পাউসু লৈশ্ৰে। মৰু ওইনা সী সী হায়ৱ সেকেন্দৰী স্কুলগী মহৈৰোয়শিংগী মীখল মতুংদা মতৌ কমদৌনা মহৈশঙ অসিগী মহৈৰোয়শিংনা শীজিন্নবা স্কুটৱ অহুম কৈশাম্পাংতা মৈ থাখিবনো হায়বসিনি। যৌদোক অসিসু মীখলগা মৱী লৈনবা ঈরাংনি। অদুগুশ্বা মখলগী ঈরাংশিং মতুং তাৱকপদা থোক্তনবগী মৰু ওইবা যৌদাংদি মীখলদগী লাইৱিক-লাইশু তষদনা হেন্না পু্ক্লিং চঙশিনবনা ওইগনি। মতাং ওমদে। হিংবা ওম্লুবা পীৱক্লিৰা লায়ৱা মীচম মীয়ামগী চেঙ, চিনি, হৱাইবু অকল-অথৌ, মন্ত্ৰি-মন্দল খৱনা লৌতুৱনৰগা থৈদোকপা, লৌশিনবা, মাঙহনবা তৌৱিৰসিবু কৱিগীনো? নথোয়দি থাগী তলব মৱাং কায়না ফংই অদুগা লৌমীশিংদি অয়াস্ননা শুৱগা চাজবনি। মৱম অদুনা লায়ৱবগী চাকথুং মংপীগন্‌। হক হায়বসি পোকপদগী য়াওজৱক্লবনি। মসি খঙনা অচুশ্বা অশেংবা তৌবনা নথোয়গী মীংচং হেন্না লৈৰোইদ্রা? ফন্তবা মীংচং থল্মমগদবগী শৰুকপুদি অফবা অশেংবা মীংচং থল্মস্ননা ফৰোইদ্রা ? মহম্মদ বিন তোগলোক্কুম ঙাইহাক্ষী অপাশ্বা অনীংবদা তৌৱবিদি কদাইদগী অফবা খুন্মাই অমা পুৱকপা ওমগদৌৱিবনো? ওসিগী মীৱোলনা হয়েংগী তুংগী মীৱোলগী য়াইফনবা শেল্লস্বা হায়বসি হৌশনাশি। পীৱক্লিৰা চেঙ, হৱাইশিংদু য়েছোকপগী মছ্তা লোৎশি দুনা থল্মবা কয়াসু য়াওনৱি। মথোয়গী মথক্তা মতিক চাবা এক্সন লৌখৎকদবনি। কেন্দ্ৰ ৬০, এম এল এ ৬০, জিলা পৱিষদ, প্ৰধানশিং, মেম্বৱশিং অমদি কাউন্সিল্লৱশিং কৈদৌনা লৈৱিবনো? মথোয়সি মীচম মীয়াস্না মীয়ামগী মীছৎ ওইনা চহী ৫/৫ গীদমক্তা খনখিবনি। ইলেভেদ মীয়ামসিনা পুকচেল শেংনা, কাঙলোন চুন্না হোংনৱবদা লায়ৱা অমত্তা থিবা ফংলৈই, চহী মঙাসিদি। পুন্মক লিংজেল মান্নাব চঙই। মদুদি নন্তনা এনা ফম পায়ৱিঙেসিদা এগী ইমুং-মনুংগী, মৱী-মতাগীদমক্তা হোংনৱমদবা য়াদে হায়বগী অপীকপা ৱাখলসি থাদোকসি। শেমগৎপদা মতম চঙবনি, মাঙহনবদি কুইদবনি হায়বসি কাউদবা ফৈ।

ফুদ সিকুৱিটিদা থিকা তৌৰোইসি। লৈত-লায়ৱশিংগীদমক্তা থাদৱকপা পোৎলমশিং মফম চানা শীজিন্নদুনা ফংফম থোকপশিং ফংহনবীযু। ফুদ সিকুৱিটিগী চেঙ খেনবদা ভোটৱ কাৰ্দতা য়েল্লি। কাৰ্দ শাবসিবু চহী অমা চঙনৱা? এ এ ৱাই, বি পি এল, এ পি এলগী কাৰ্দ শাবদা কাঙলোন চুন্না শাবিযু। চহী ৬৫ শুৱবা অহলশিংনা ওল্ড এজ পেন্সন ফংগদবদু চহী ৩০/৪০ দা লৈবা মীওইনা পেন্সন ফংবা লমনি। তায়েন্নৱে তাইবঙপাল। হুইনা খোঙদ্ৰগা গধনা খোঙবা যাৱাই। মীচম মীয়ামদি অশেংবা অচুশ্বা তৌহ্মিংবদগী হায়জবনি। ইলেভ্‌ন কাৰ্দকী মছ্‌ততা ফুদ সিকুৱিটিগী কাৰ্দ অথুবা মতমদা শাবা লৌইবিদুনা মীপূম খুদিংদা ফুদ সিকুৱিটিগী চেঙ ফংহনবীযু।

✉ ... এডিটৱদা থাৱকপা চিঠি ... ✉

হৌজিক ফাওবা ফুদ সিকুৱিটি ঐক্টকী কাৰ্দ শাবা লোইবা ওমদিৱা কৱিগীনো?

ইকায়খুম্‌জৱিৰা এডিটৱ,

ইন্দিয়া পুশ্বগী ওইনা ফুদ সিকুৱিটি ঐক্ট হৌখিবা এপ্ৰিলদগী চৎনবা হৌশ্ৰে। মসিগী মতুং ইন্না অতোপ্লা ষ্টেটতা অহোংবা মমলদা চেঙ ফংহনবা ওমশ্ৰে। কয়াদা হৱাউৱমগবা, কয়াদা নুঙাইৱমগবা। ইন্দিয়াদা লৈৱিৰা মীচম মীয়াম অয়াস্না লায়ৱবা ঙাক্তনি। মসিনা মৱম ওইদুনা ইন্দিয়া লৈঙাক্সা মীচম মীয়ামদা অহোংবা মমলদা চেঙ ফংহন্দুনা নুঙাইনা লৈনবা শীল্লক্লিৰা খোঙথাং অমা নংত্ৰা? অসুক ফজশ্বৰা প্লান অমবু মণিপু্‌ৱ যৌবদা লাইগুন্না স্বাই লাউনা হেক হেক মাঙহক্লিৰা অসিবু কৱিগীনো? মীচম মীয়ামশিং কৱি চাদুনা হিংবা য়াবগে? মীওইবগী পুলিদি চাবা-থকপা য়াওদনা হিংবা ওমদে। হিংবা ওম্লুবা পীৱক্লিৰা লায়ৱা মীচম মীয়ামগী চেঙ, চিনি, হৱাইবু অকল-অথৌ, মন্ত্ৰি-মন্দল খৱনা লৌতুৱনৰগা থৈদোকপা, লৌশিনবা, মাঙহনবা তৌৱিৰসিবু কৱিগীনো? নথোয়দি থাগী তলব মৱাং কায়না ফংই অদুগা লৌমীশিংদি অয়াস্ননা শুৱগা চাজবনি। মৱম অদুনা লায়ৱবগী চাকথুং মংপীগন্‌। হক হায়বসি পোকপদগী য়াওজৱক্লবনি। মসি খঙনা অচুশ্বা অশেংবা তৌবনা নথোয়গী মীংচং হেন্না লৈৰোইদ্রা? ফন্তবা মীংচং থল্মমগদবগী শৰুকপুদি অফবা অশেংবা মীংচং থল্মস্ননা ফৰোইদ্রা ? মহম্মদ বিন তোগলোক্কুম ঙাইহাক্ষী অপাশ্বা অনীংবদা তৌৱবিদি কদাইদগী অফবা খুন্মাই অমা পুৱকপা ওমগদৌৱিবনো? ওসিগী মীৱোলনা হয়েংগী তুংগী মীৱোলগী য়াইফনবা শেল্লস্বা হায়বসি হৌশনাশি। পীৱক্লিৰা চেঙ, হৱাইশিংদু য়েছোকপগী মছ্তা লোৎশি দুনা থল্মবা কয়াসু য়াওনৱি। মথোয়গী মথক্তা মতিক চাবা এক্সন লৌখৎকদবনি। কেন্দ্ৰ ৬০, এম এল এ ৬০, জিলা পৱিষদ, প্ৰধানশিং, মেম্বৱশিং অমদি কাউন্সিল্লৱশিং কৈদৌনা লৈৱিবনো? মথোয়সি মীচম মীয়াস্না মীয়ামগী মীছৎ ওইনা চহী ৫/৫ গীদমক্তা খনখিবনি। ইলেভেদ মীয়ামসিনা পুকচেল শেংনা, কাঙলোন চুন্না হোংনৱবদা লায়ৱা অমত্তা থিবা ফংলৈই, চহী মঙাসিদি। পুন্মক লিংজেল মান্নাব চঙই। মদুদি নন্তনা এনা ফম পায়ৱিঙেসিদা এগী ইমুং-মনুংগী, মৱী-মতাগীদমক্তা হোংনৱমদবা য়াদে হায়বগী অপীকপা ৱাখলসি থাদোকসি। শেমগৎপদা মতম চঙবনি, মাঙহনবদি কুইদবনি হায়বসি কাউদবা ফৈ।

ফুদ সিকুৱিটিদা থিকা তৌৰোইসি। লৈত-লায়ৱশিংগীদমক্তা থাদৱকপা পোৎলমশিং মফম চানা শীজিন্নদুনা ফংফম থোকপশিং ফংহনবীযু। ফুদ সিকুৱিটিগী চেঙ খেনবদা ভোটৱ কাৰ্দতা য়েল্লি। কাৰ্দ শাবসিবু চহী অমা চঙনৱা? এ এ ৱাই, বি পি এল, এ পি এলগী কাৰ্দ শাবদা কাঙলোন চুন্না শাবিযু। চহী ৬৫ শুৱবা অহলশিংনা ওল্ড এজ পেন্সন ফংগদবদু চহী ৩০/৪০ দা লৈবা মীওইনা পেন্সন ফংবা লমনি। তায়েন্নৱে তাইবঙপাল। হুইনা খোঙদ্ৰগা গধনা খোঙবা যাৱাই। মীচম মীয়ামদি অশেংবা অচুশ্বা তৌহ্মিংবদগী হায়জবনি। ইলেভ্‌ন কাৰ্দকী মছ্‌ততা ফুদ সিকুৱিটিগী কাৰ্দ অথুবা মতমদা শাবা লৌইবিদুনা মীপূম খুদিংদা ফুদ সিকুৱিটিগী চেঙ ফংহনবীযু।

অদোমগী - থোকচোম থখালঅচৌ সিংহ খাঙবোক ময়য় লৈকায়

Monday, October 03, 2016, Imphal

লৌমীশিংগী কাখল

মণিপুৰদা তিলহৌগী পোথোক

ডাঃ এম থোইথোই সিংহ

ইন্দিয়া অসি তিলহৌ মৰু পুথোকপদা মালেমগী অনীশুৰা ওইৱি। অদুবু তিলহৌগীদমক শীজিন্নৱিৰা লমদি ইন্দিয়ানা ইচাও চাওই। ইন্দিয়াগী মনুংদা মৰুওইনা তিলহৌ পুথোক্লিৰা ষ্টেটশিংদি মহাৱষ্ট্ৰা, কৰ্ণাটাকা, ওৱিয়া, টামিল নাডু, উত্তৰ প্ৰদেশ, অন্ধ্ৰ প্ৰদেশ, বিহাৰ, গুজৰাট অমসুং ৱাজস্থাননি। অদুবু ইন্দিয়াদা তিলহৌ থানৱিৰা ষ্টেটশিংগী মনুংদা মহাৱষ্ট্ৰনা মাঙজিন থাৱি। অপুনবা তিলহৌ থানৱিৰা লমগী চাদা ১৯ দি মহাৱাষ্ট্ৰদা লৈ। মসিনা ইন্দিয়াগী অপুনবা পোথোক্কী চাদা ২৩.১৩ পুথোক্লিবনি। মণিপুৰদসু তিলহৌ থাবগী চাং খৱমথৈ হেনগৎচৱবসু খুমাং চাউশিন্দবগী মৱম খৱদং মখাগী অসুন্না নৈনবা য়াই-
১) মৰু হ্ননবদা হৌবগী চাং নেশ্বা।
২) চৱা হ্ননফম অমসুং লিংথোক্লৰা ফৈদোমশিংদা হৌৱকপা নাপীশিং শেমৱা ৱাবা।
৩) মতম চাদনা মপাল ওন্না শাবগী চাং ৱাংবা।
৪) লোক্লৰা মতুংদা মতোন থোকপা। কুইনা থস্বা য়াদবা।
৫) লায়না তীলনা তাবগী চাং ৱাংবা মৰুওইনা পৰ্পল ব্লোট, বেসেল ৱোট অমসুং থ্ৰিপস।

মৱমশিং অসিদা নন্তনা অতৈ খুদোংচাদবা কয়াবসু খঙদোক্লুনা নিয়ম চুমহক্লবদি তিলহৌ থানিংবা মীওইশিংগী মীাশিং হেনগৎলৱক্‌নি। পোথোক হেনগৎহনবা ওমগনি।

১) মৰু হ্ননবদা হৌবগী চাং নেশ্বা : হুন্‌বা তিলহৌ মৱশিং কুইনা থস্বা য়াদে। মথোয়গী হিংবগী মতম তেল্লি। এথোয়না মথং চহী থানবনি হায়দুনা লোক্লৰা মৱশিং লোক্লগা থস্বদা চহী অমদগী হেন্না থল্মবদি হৌগদে। দুকান্দগী লৈবা ওইৱবসু মতম হেল্লৰা মৰু শীজিন্নৱোই। মৱম অসিনা তিলহৌ থাবদা মায় পাক্তবগী মৱম অসি ময়োন চোংবগী চাং নেশ্বা অমসুং শাহৌ থীনবা তিলহৌ মখলশিং শীজিন্নবদগীসু ওইনা য়াই।
ঙাকথোক্লৰা পাষ্টৈ : (ক) মৱশিংবু য়াৱিৰমথৈ অইংবা মফমদা থস্বীগনি (খ) মৰু লৈবদা মশা ফৱিৰা, খাউদা হাল্লকপা কুইত্ৰিৰা মৰুমকম বৈগনি (গ) মতম হেল্লৰা মৰু শীজিন্নৱোই (ঘ) মৰু হুন্দিঙৈদা মৱশিংদু ঈশিংতা পুং ২ দগী ৬ ফাওবা তিংহৌগনি।

২) চৱা হ্ননফম অমসুং লিংথোক্লৰা ফৈদোমশিংগী নাপী : তিলহৌ চনম পান্সিিং কুন্‌না থাবা অমসুং মৱা থেন্না তাবা মৱল্ল খুংনা নংত্ৰগা খৃংলায়না পেঙবা খুদোংচাদে। নাপী ফুকপদা পান্সীশিং য়াওনা ফুৰুকপা য়াওই। মফম পীকপা মফমগী ওইৱবদি খুংনা পেঙথোক্লনি। অচৌবা মফমগী ওইৱগদি নাপী হীদাক শীজিন্নবা য়াই। মসিগীদমক

ফৌ লোকপা অমসুং কোটা ফৌ লীবা

কুমসি কুম ফবা হায়গদ্রা ফন্তবা হায়গদ্রা মমাঙ চ্ৰীদগীদি য়ান্না হেন্না ফৈ হায়না খল্লি। মৱক্তা ঈশিং ঈচাও খৱা থেংনশ্ববসু মতুংদদি, হৌজিক ফাওবা অশোয় অঙাম অমত্তা য়াওদ্ৰে হায়বা তাই। অসুন্না হৌজিক্তি ফৌ লোকপা য়াবা মতম যৌশিল্লক্দৌৱে। চাংচং ওইনা ফৌ য়ান্না নিংথিনা লোক্‌নি হায়বগী থাজবসু থমসি। অদুবু ফৌ ফনা নিংথিনা ফববসু নিয়ম চুন্না লোক্তৰা লোয়ননা থমদ্ৰবদি/লীদ্ৰবদি, অসুক ৱানা লেক্কৰা ফৌ অদু ফনা নিংথিনসু মাঙথিৰা য়াবগী খুদোংথিৰা লৈ হায়বসি মীয়াস্না কাউবিদবা ফৈ হায়জনাইই। মৱম অদুনা ফৌ লোকপদগী হৌদুনা মতম খৱা শাংনা লীবদা অমাং অতা থোক্তনবা ৱাফম খৱা খঙমিল্লনবা তাক্সা লৌজৱি।

ফৌ লোকপা : ফৌ খাওবগী স্বাইদগী ফবা মতমদি পান্সীশিংগী চৰোংদা অদুগা পাল্লিবা মৱশিং অনুদী দাদা মৱিফুমঙনা মুল্লবা হায়বদি চৰু মচু ওল্লৰা অদুগা চৰোংগী মখোক থংবা শৰুক্তা পাল্লিবা মৱশিংনা শংতক তৌৱিঙৈ মতমদা ওইগনি। চৰোংগী মখোক্তা পাল্লিবা মৰু খুদিংমক মুনবা ঙাইৱবদি চৰোংগী মতোন থংবা শৰুক্তা পানবা মৱশিং কেন্দুনা মাঙথিৰনা হেনগনি। অমৱোমদা অমুকসু খঙজিনবা য়াবা ৱাফম অমনা চৰোংগী মখোকথংবা শৰুক্তা পাল্লিবা মৱশিং খৱা শংজৱবসু মেংতুনা য়েংবদা মখোম থোক্তুবদি খাওবা য়াৱে হায়বসিনি। মৱমদি খাওৱবা ফৌ পান্সীশিং হিংলিবনি লোয়ননা পাল্লিবা মৱশিং অদুসু হিংলিবনি লোয়ননা অয়াস্না মৱশিং অদু মমাগা/খাওদংলবা, হিংলিৰা পান্সিগা খাইনদ্ৰি। খাওৱগা লৌফমদা পামহৌৱিঙৈ (খাওদেদ্রৰা ফৌ পান্সীশিং লৌবুত্তা ফৌবা) মতমদা ফৌখোক্তা য়াওৱস্বা মচিঞাকশিং অদু মৰুদা চুপখৎলকপা গুন্মী লোয়ননা শংলস্বা মৱশিং মপুং ফাবা গুন্মী। মৱম অসিনা য়ামদ্ৰবদা নুমিং হুমনি মৱিনিদি পামহৌসি।

ফৌ লীবদা মাঙবগী মওং : তশেংনা হায়ৱবদা চহী অমদা কোটা লীদুনা থস্বা ফৌ চেঙদা লায়না তীলনা কয়া অমনা মাঙহনবগী চাং অসি য়ান্না ৱাংই। ১০০ গী মনুংদা ১৫ দগী ২০ ফাওবা য়াওই। হায়বদি ফৌবোট ১০০ লীবদা ফৌবোট ১৫-২০ মাঙৰা য়াই হায়বনি। হায়ৱিৰা মাঙবগী চাং অসি কনানসু যৌশাদবগুম তৌই। মৱমদি মাঙলিৰা শৰুক অদু তশেংনা ওন্দুনা য়েংদবা, ফৌগুন্না চাদনা কয়া য়ান্নবু মাঙগদগে হায়দুনা যৌশাদবা অসিনাচিৰা কয়াদগীনি হায়বা য়াই। অয়াস্ননা অসুক য়ান্না ামাঙলমগনি হায়বসি থাজদে।

মতাং অসিদা খঙজিনবা য়াবা ৱাফম অমনা অমুক, লায়না তীলনানা মাঙহনবদগী উচিনা মাঙহনবনা অমুকসু শৰুক কয়া অমা হেঞ্জি হায়বসিনি। নোংমদা উচি অমনা ফৌ নংত্ৰগা অতৈ মৰু মৱাং কিলো ৬ তুপথোক্তুনা চাথোকপা গুন্মী।

কোটা লীদুনা থস্বা ফৌ মাঙই হায়বগী ময়েক লাৱবা খুদমদি - কোটা পৈৱিৰা ফৌগী ময়েং তাৱকপা, কোট্টাগী ফৌদিগী ওইনা পেক্তুনা য়েংবা মতমদা অয়াস্ননা ফৌহাম ওইৱস্বা, কোটা লীবা ফৌ মিলদা তকপদা চেঙ তেইবা, চেঙগী মচু ওনবা, থোকাম নস্বা অমদি হান্না নৌৱিঙৈ মতমদা থোক্লস্বা চেঙথোক্তগী চেঙথোক হুহুৱকপা অসিনাচিৰা অসিনি হায়বা তাই। মণিপুৰগী ওইনা হায়ৱবদা অপুনবা লোক্লিৰা ফৌগী চাদা ১৫-২০ মাঙশ্ববদি কয়াদা মাঙজৰনো? ফৌ চেঙ মাঙবতা নন্তনা হকচাং মাঙনিংঙাই ওইবা কয়া অমসু অমুক লৈৱিবনি। মসিগী খুদম অমা হায়বা তাৱগদি মচু ওল্লৰা হায়বদি নাপু নংত্ৰগা ঙাঙলৈনবা মচু ওল্লৰা চেঙদা carcinogenic হায়বদি কেল্সৱ ওইৱক্ল বা মচাক যাওই হায়বা অমসু লৈ হায়বসিনি। মৱমশিং অসি লৈবনা কৱল্ল কোটা ফৌ লীগদগে হায়বগী মৱমদা চেকশিন ৱা খৱা খঙজিনবা কান্নগনি খল্লি।

কৱল্ল লায়না তীলনা চঙলকই ৷ কৱল্ল কোটা পৈৱিৰা ফৌশিংদা লায়না তীলনা থোক্লিবনো হায়বদু খৱা খঙজিনবা কান্নগনি খল্লি।

১) ফৌদা নংত্ৰগা অতৈ মৰু মৱাং আলু, হৱাই, চেঙৱাই কয়া অসিনা লৌবুত্তা লৈৱিঙৈ মতমদগী তীলশিংগী মৰুম অমদি তীল য়াওৱবা মহুমশিং য়াওৱক্তুনা লীৱৰা মতমদা অমাং অতা কয়া থোকহল্লি।

২) মহৈ মৱোংশিং লোকপদা শীজিন্নবা খৃৎশু খৃংলায় অমদি বোৱানচিংবদা পক্লকপা লায়না তীলনাদগী শন্দোৱকপা।

৩) মমাঙ চহীদগী হান্না কোটা লৈৱস্বা লায়না তীলনাগী মৰুম অমদি মচানচিংবদগী শন্দোৱকপা অমসুং (৪) লীৱৰা মতুংদা অকোয়বদা লৈৱস্বা তীল মপী, কোকফাই শুজগী মৰুদগী শন্দোৱকপা অসিনি হায়বা য়াই।

লায়না তীলনা শন্দোৱকপগী মৱমশিং অসি খঙলবদি কৱল্ল চেকশিন যৌৱাংশিং পায়খৎকনি হায়বদু খৱা মখদি খঙবা য়াৱে।

কোট শাবা : কোটা লীবা মতমদা চেকশিন যৌৱাং খৱা মওং চুন্না হোংনহৌৱবদি অমাং অতা থোক্দৰা কয়া অমদগী কনবা ওমগনি। কোট অসি য়ুমদগী লাপথোক্স, নুংশিং নুশ্বা মৱাং কায়না

ਰੂਚਨਙ ਟੇਙਆਲੇ
HUEIYEN LANPAO



খেংনা চাৱাশিং লিংথোকপনা ওন্না মপাল শাবগী মৱম অমা ওইহল্লি। ডিসেম্বৱগী অথেংবা শৰুক অমসুং জানুৱাৱীদা লিংথোকপসিনা তিহৌনা মপুং ফান্দিঙৈদা অই অশাগী চাং অসি সেলসিয়স দিগ্ৰি ২০ দগী ২৫ ফাওবা শাগৎলকপনা, মপাল থিনগৎলক্লবগী মৱম ওইহল্লি। (খ) মনাগী শাহৌ থিনবা অসিসু মপাল ওন্না থিনগৎলক্লৰা মৱম অমনি। (গ) অঙৌৰা মখলগী তিলহৌ ওইৱবসু মপাল ওন্না শাৎকল্লি। (ঘ) চয়োল ১০ গী মথক্তা লৈবা চাৱাশিং হায়বদি অৱিৰা চাৱাশিং লিংথোকপসিসু মপাল ওন্না লাক্লবগী অচৌবা মৱম অমনি। (ঙ) নাইট্ৰোজেন ৱাংপা লৌফমদসু তিলহৌশিংনা মপুং ফাবা ওমদনা মপাল ওন্না শাংলি।

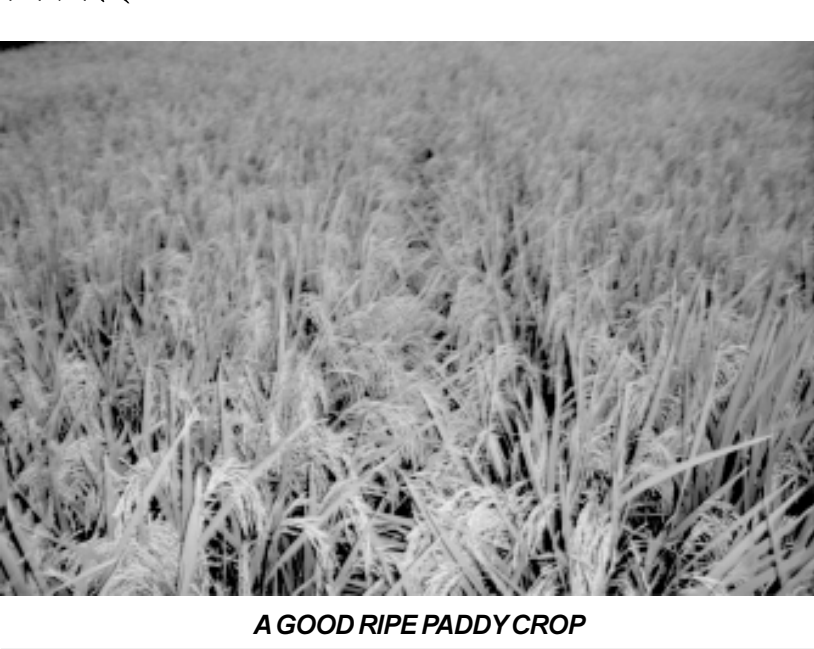
ঙাকথোক্লৰা পাষ্টৈ : (ক) মৰু তাবা মতমসি য়ান্নসু ইংবদা য়ান্ন সু শাদবা সেলসিয়স ডিগ্ৰী ১২ গী মথক অমসুং সেলসিয়স ডিগ্ৰী ২০ গী মখাদা লৈবা মতমদা তান্নবা মৰু হ্ননবগী মতম শেমদোক শেমজিন তৌবীগনি। (খ) মপাল ওন্না শাৎকন্দবা তিলহৌ মখলশিং থানবা হোংনৱীগনি। খুদম ওইনা Prema (কালেন থাদসু থাবা য়াবা) Early grano, Texas early grano মমিং পনবা য়াই। (গ) চাৱাশিং চয়োল ৬ তগীনা ৭ ফাওবগী মনুংদা লৈৱিঙৈদা লিংথোক্লৰা হোংনৱীগনি। (ঘ) চপ চাবা নাইট্ৰোজেনগী চাংদগী হেন্দনবা অমসুং তাদনা হাপুৰা হোংনগনি। তিলহৌ মখল খেমবগী মতুং ইন্না পৱিদা নাইট্ৰোজেন

ঙাকথোক্লৰা পাষ্টৈ : (ক) তিলহৌ মৰু তাহ্লেকপগী মতম অসি অকংবা মতম হায়বদি নোং তাদবা মতমদা থোক্লবগীদমক খৱা ওন্না হুন্‌বা হোংনগনি। (খ) তানগদৌৱিৰা তিলহৌ হায়বদি মপুং ফাৱক্লৰা তিলহৌশিংদা ঈশিং পীবগী থবকসি নুমিং ২০ গী মমাঙদা লেপকনি। (গ) নাইট্ৰোজেনগী চাং খৱা হক্লনা হান্না ফৈ। (ঘ) অঙাঙৰা মখলগী তিলহৌদি মতম নন্তনা মতোন থোকপগী চাং য়ান্না হুইহে।

৫) লায়না তীলনা ঙাকথোকপা : তাৱিৰা লায়না তীলনাশিং মশক মুন্না খঙদোক্লৰা হোংনগনি। অখঙ অইদা হংলগা চপ চাবা হীদাক কাপথোকপদা নন্তনা লায়না তীলনা তাদনবা মখল কয়াগী কাঙলোনশিংসু শীজিন্নগনি।**☛**

ফৌ লোকপা অমসুং কোটা ফৌ লীবা

এস সুমজোল সিংহ



ফংবা মফমদা, মথোঙগী শৱক্ল লৈমায়দগী য়ামদ্ৰবদা ফুট মৱিমক ৱাংবা ওইহল্লগা শাবনা স্বাইদগী ফৈ হ