নহাশিংগী হোংলক্লিবা পুন্সিগী মশক অমা য়েক্লিবা ফিল্ম মচেৎনা মপুঙ

– নানি

ফিল্ম হায়বসিমক্তি খুন্নাইগী মমি অমনি। অমরোমদা ফিল্ম হায়বসিগী তোঙান তোঙানবা জেনর ময়াম অমা লৈখ্রে। ফিচর ফিল্ম হায়না খঙনরিবা মণিপুরদা পুথোক্লিবা ৱারী অশাংবদা মপুঙ ওইবা ফিল্মশিং অসিদা মতমসিগী হোংলক্লিবা পুন্সিরোল অমদি খুন্নাইরোলগী মশক অমা য়েক্লবা কন্না হোৎনবা থেংনরি। অদুবু ৱারীগী মচৎতা হান্নদগী চুশিন্নদুনা লৈরবা থিম খরদা ইহোং হোংদনা অয়েংবশিংবু অমুক নোকহনবা, নুংঙাইহনবা, কপহনবা, অফবা ফত্তবা মীগী ৱাখল্লোন্দা য়ূম্ফম ওইরগা মদুনা মীয়ামদা পীরিবা চৈথেং কয়া অসিদা মনুং হুৎনা য়েংশিন্দুনা ফিল্ম কয়া অমা পুথোক্ল রকপা থেংনরে। কনাগুম্বশিংনদি হায়নবা য়াওরি, মণিপুর ফিল্মশিংসি ৱারী ইহোং হোংদে, ৱারীসি হান্নগী চৎনরিবা অসিদগী খরা থৈদোক্লগা অনৌবা ৱারীগী খুসাগৎ অমদা পুথোক্লবদি নুংঙাইগনি, ইমান মান্নবগুম তৌরে হায়রিবা অসি চুম্বগুমসু অদুম তৌরি। লীরবা মণিপুরী ফিল্ম অসিদগী খরা খজিক থৈদোক্লগা অনৌবা ফিল্মগী মওং অমদি মথৌ তারে হায়না খল্লি।

হন্দক্তা অনৌবা মণিপুর ফিচর ফিল্ম **মচেৎনা মপুঙ** হায়বা অমা পুথোরক্লি। ফিল্ম অসিগী প্রেমিয়র শো অমা হোটেল য়াইফবদা জন্যুৱারী ১৯, ২০১৮দা পাঙথোক্তুনা মীয়ামদা উৎপগী থৌরম অমা মায় পাক্লা শিনখ্রে। ফিল্ম অসি লোয়া য়ূম্নাম্না প্রদ্যুসর ওইরগা চীংলেম্বা খুমন্না দিরেক্সন পীবনি। অনৌবা ফিল্ম কম্পেনি অমনি, তশেং তশেংনা পূমনৌ নৌবা টিম অমনি। ফিল্ম অসিদা শরুক য়ারিবা এক্টরশিংগী মনুংদা - সদানন্দা, বলা, ইন্দু, ইসিতা, খাবা, মুকাল্লানচিংবনি। হৌরক্লিবা নহাশিংগী পুন্সিদা হোংলক্লিবা মশক্কা লোয়ননা পুন্সিগী অশেংবা মশক অমা উৎনবা হোৎনবা ফিল্ম অমনি। ফিল্মগী ৱারী অসি লুখ্রাবী মচা অমদা য়ূম্ফম ওইরগা খ্বাইদগী হন্থবা থাক্তা লৈরিবা পুন্সি অমগী মশক্তা ময়েক শেংনা ফোকস তৌরি। ফিল্ম অসিনা হংলিবা ৱাহংশিংগী মনুংদা অদুগুম্বা হিংবগী থাক হন্থনা লৈরিবা, লাইরিক লাইশুদদি থৱায় য়াওজবা, লাইরিক তম্লিং তম্লিংনা তম্বা ফংজদ্রবা নহা কয়াগী পুন্সি অসিনা করম্না মতমসিগী পুন্সিরোল অমদা লাকপা ঙমগদগে হায়বা অচৌবা ৱাহং অমা হংলি। ইন্দিয়া লৈঙাক্লা লায়রবা বিলো প্রোপার্টি লাইনগী মখাদা লৈরিবা মহৈ তম্বা ফংদ্রবা অঙাংশিংবু লেম্না লাইরিক তমহনবগী খোঙথাং অমা লৌখৎতুনা মীপূম খুদিংমক লাইরিক হৈহনগদবনি হায়বগী ঙ্কিম কয়া হৌদোক্তুনা লৈরি। অদুমকপু হিংবা অমদি মহৈ তম্বা অনী অসিগী লানফমদা তঙাইফদনা থেংনদবা য়াদবদি হিংবা হায়বসিনা মরু ওইরকই।

ফিল্ম অসিদা মরু ওইবা রোল অমা ওইনা লুখ্রাবী অমগী মচা নুপা লাইরিক লাইশুদা থৱায় য়াওজবা অঙাং অমনা লাইরিক ফাওবা লৈবা ঙমদবা অমদি য়ূমদা চানীংঙাই ফাওবা লৈতবদগী লাইরিক্তা থৱায় য়াওজরবসু মহৈ তম্বা ঙম্লক্তবগী ফীভম অমা ময়েক শেংনা উৎলি। স্কুলগী ওজামক্লা করিগী স্কুল কারক্ত্রিবনো হায়না হংবা ময়ূমদা চৎলুবদা থবক শুবা চৎখি হায়বগী য়াম্না নুংহিক্লবা পুন্সিগী ৱারী অমা শাগোন্নদুনা ফিল্মসিগী অরোইবা ফাওবা উৎলি। হেন্না ফজরিবদি ওজা অদুনা মহাকপু মহৈ তমদবা য়াদে হায়দুনা মীং চনবীবা অমদি অঙাং অদুগী মোরেলিটি শৌগৎতুনা পূক্লিং থৌগৎপা অদু তশেংনা তমজনীংঙাই ওই। নহা ওইরিঙৈগী মতমদা মহৈ তম্বদা পূক্লিং চঙগদবনি, ওজাদা নত্তবা মীৎয়েং য়েংদনা তাক্লিবা পাড়া অদুদা পূক্লিং চঙবনা অফবা মায় পাকপা মহৈরোয় অমা শোয়দনা ওইবা ঙমগনি হায়বা ফিল্ম অসিনা নিংথিনা ইনখৎলক্লিবশিংদা পাউজেল পীরি। লোয়ননা ওজা ওইরিবশিংনা মহৈরোয়শিংনা থেংনরিবা অৱাবা অমদি খুদোং চাদবশিং থিদোক্তুনা মখোয়গী ৱাখলদা লৈরিবশিং খঙদোক্তুনা হেন্না ফগদবা কাঙলোন অমা শেমগদবনি হায়বা অসিগা লোয়ননা হৌজিক্কী মতমদা ওজা ওইরিবশিংনা তৌরিবা মতম লেনবা মানবা লাইরিক খুতাক্তগী থৈদোক্লগা মহৈরোয়শিংগী পূক্লিং ৱাখল অমদি পুন্সিবু খঙনবা হোৎনদুনা মতিক চানা শেমগদবনি হায়বা য়াম্না ফজবা পাউজেল অমা পীনবা হোৎনবা থেংনৈ। মসিমক্তি ৱারীসিগী ফজবা তোপ তোপ্পা মশক অমনি হায়না হায়জনীংই।

ফিল্মদা শীজিন্নরিবা লোনশিং অসি য়াম্না লিক্লা শীজিন্নে। দিরেক্টরনা এক্টরশিংগী কুন্নিবা করেক্টর অদুদা ফাওরিবা পূক্লিংগী ইথিলশিং অদু মপান থোক্লা উৎথোক্তুনা য়েংলিবশিংদা হেন্না য়ৌহন্নবা পান্দম অমা থম্বগুম উই। অদুবু অনৌবা এক্টরশিংনা মদু কয়া য়াম্না কুপথনা উৎপা ঙম্লবগে হায়বা অদুমদি ৱাহং ওইরি। দিরেক্টর অসিগী এটেম্প অসি লোইনমক মপূং ফানা এক্টরশিংনা পাঙথোকপা ঙমদবগী অৱাবা অমদি ফিল্মদা উবা ফংই। অদুবু এটেম্প অমা লৈরবা হায়বসি, মদুনা মনিং হন্দ্রবদি শোয়দনা মায় পাক্লক্লবগী মতম অমা লাক্কনি হায়না থাজে। লুরিবদি এক্টরশিংনা দিরেক্টর অদুগী পাম্লিবা অমদি দিরেক্টর অদুনা ফিল্ম অদুদা শাগৎলিবা দিজাইন অমদি মহাক্কী ক্রিএটিভ ভিজন অদু উনবা হোৎনদবা অসিনি হায়বা তাই। মশা মশাগী হৈনবীদা অমদি পামজবা মওংদা পংতৌদা তৌখিবা অসিনা মপান্থোংগী ওইবা মশকলোমদা হেন্না নকশিন্না চৎখিবনা চেকশিন্না ফিল্ম অমগী ৱারীদা শাগোন্নরিবা কেরেক্টরশিংগী নুংদা ফাওরিবা পূক্লিং ইথিল অমদি তাক্কক তাক্কক্কী ওইনা খল্লক্লিবা ৱাখলগী মমি অদু ফিল্মদা নিংথিনা মমি তাহন্নবা হোৎনদবা অসিদি লাইবক থিবনি। মসি নৌনা ফিল্ম পামজৈ হায়দুনা চঙলক্লিবা এক্টরশিংনা মুন্না খঙদবা অসিননি। শক খরা ফজবা, ফাগী জুগাই হৈনৈ হায়দুনা দিরেক্টর অমনা শাগৎলিবা ক্রিএটিভ ৱর্ক অদু পুমথু থুগাইরগা মশাগী হৈনবী রোমদা পুশিনখিবনা নৌনা মাঙ তম্লক্লিবা দিরেক্টরগী মঙলান অদু মাঙ তাকহল্লি। মতাং অসিদদি এক্টরশিং অসিগী থৌদাং অসি য়াম্না শাথিনা শোথরি হায়না খল্লি। পোকপদগী এক্টিং হায়বসি করিনো খঙলক্তবশিংনা পামজৈ হায়দুনা চঙলকপা অমদি মশক ফজৈ ফিল্ম কুম্বা য়ানি হায়না মমা মপাশিংনা থাজিল্লকপশিংনা মখা অসুম চখবা তারবদি মণিপুরী ফিল্মগী অনৌবা মশক অমা উবা ফংবদা মতম খরা চঙখিগনি খল্লি। তাঞ্জা চারিঙৈদা থমজনীংবা অমনা, এক্টর অমা ওইগে হায়বা তারবদি য়ামদ্রবদা এক্টিংগী বেসিক খরদি খঙননবা হান্না হোৎনগদবনি। এক্টিংগী থিওরি খরা লৈ। লোইনমক খঙবা হায়বসিসু ওইথোক্লোই, অদুবু তঙাইফদনা খঙদবা য়াদবা খরদি অখঙ অহৈশিংদা তান্নফম থোকই হায়বসি অনৌবা এক্টরশিংদা হায়নীংই।

অনৌবা টিম অমা ওইনা থোরক্লিবা খৎপু অসি তশেংনা থাগৎত্তবা ঙমদে। মখোয়গী হোৎনজবা, নীংহন্নদবা অমদি থৱায় য়াওবা কয়া অসিনা শোয়দনা মায় পাক্লবগী য়ূম্ফম থোল্লকখিগনি। হন্দক পুথোরক্লিবা **মচেৎনা মপুঙ** হায়বা ফিল্ম অসি য়েংবা য়াবা অমদি অনৌবা ফিল্মগী মশক অমা উবা ফংবা ফজবা ফিল্ম অমনি হায়না হায়জনীংই।

খঞ্জিল্লুদবা অচুম্বশিং চূজাক মরুনা পোক্লিবা করিগীনো?

চূজাক মরুবু ঐখোয়না মৈথক্তা থাঙ্গৎতুনা মৈশা পীশিন্দুনা ঙৌবা মতমদা পোকথোরকই অমসুং অসুম্না চূজাক মরুদগী পোক্লকপদুবু ঐখোয়না চূজাক কবোক (পোপকোর্ন) হায়না কৌদুনা অচাপোৎ অমা ওইনা চানৈ। চূজাক হায়বসি মীওইবনা চানবা চীঞ্জাক্কী মহৈ-মরোং মখল অমনি অমসুং চূজাক পান্বীদগী লোকই। চূজাক্কী কবোক ওইনা পোকপগী মতাংদা মতেক অমত্তং নৈনজগদবনা চূজাকপু মহৈ-মরোং পান্বী ওইনা থাবা অমদি চূজাক লোকপগী মরমদদি শাংনা ইজররোই।

চূজাক মরুদগী করম্না চুজাক কবোক পোক্লক্লিবনো হায়বগী ৱাফম লাকপদা ঐখোয়না চূজাক মরুদা খরা কুপথনা য়েংবা তাই। অহানবদা চূজাক মরু অসি অকনবা অপাবা কুয়োম অমনা য়োমশিল্লগা লৈ হায়না লৌগনি। অনীশুবদা চূজাক মরুগী অয়াম্বা মফম কল্লিবা চনাংগী শরুক অদুদা চনাংগা লোয়ননা য়াম্না পীকপা চাংদা প্রোটিন, ফেট, মিনরেলশিং অমসুং ঈশিং য়াওই। মসিগী ঈশিং অসিনা চূজাক কবোক লোকপগী থৌদৌদা মরু ওইবা থৌদাং অমা লৌরি। অহুমশুবদা চুজাক মরুদা ময়োল চোংখৎফম য়েল য়াওই। য়েল অসিদগী চাউখৎলক্তুনা অচৌবা পান্বী ওইরকই।

ঐখোয়না চূজাক মরুবু ফেরনহাইট দিগ্রি ৪০০ ফাওবগী চাংদা মৈশা পীশিল্লবদি মনুংগী চনাংগী শরুক্তা য়াওরিবা চাদা ১৩-১৪ গী ঈশিংগী শরুক অদু ঈশিং মনিল ওল্লক্তুনা শরুক ৪০ দগী ৫০ ফাওবা চাউথোরকই। ঈশিংগী শরুক্লা অকনবা চনাংদুদা শাফু পীবদগী চনাংগী শরুক্তু নুংশিৎ হাঞ্জিনবদৌনা পোংথোরকই। ঈশিংগী মনিল ওন্দুনা শন্দোরকপদুনা শরুক্তুসু চাউথোরকপগা লোয়ননা মখোল থোক্লা পোকখাইরকই। অসুম্না পোকখায়বদুদা ঈশিং মনিলনা মপান্দা থোকখ্রগা মনুংগী অকনবা চনাংদুনা থোৎ-থোৎ লাওবা অয়াংবা কবোক হায়বদি চূজাক কবোক ওইনা লৈহৌই।

ঙাইহাঙং পোত্থাবা য়াম্না য়েংশি

খোমজিনবা, লেংজবা - য়েন্দ্রেম্বম রনধির কুমার

পূন্সিগী দাউ য়াদৌ মান্দেনে

বস ঙাইফমদা পাখঙ অরিবা খুমু কায়রবা অমা বস ঙাইদুনা লৈরম্মী???

মনাক্তা মৌ হনুবী মশক্কা য়াম থীবি খুনিং কাইবী অমসু খাউ অমা য়াল্লগা য়োংচাক চরোং অমা মখুৎতা য়াল্লগা লেপ্লম্মী। নুপা অমা লাক্লগা পাখঙ অরিবদুদা হংলম্মী।

ভাই অসিবু নহাক্কী নুপীরো? নহাক্কী সাইরো???

মসিগী মতুংদগীদি নুপীদুনা মনাক্তা ইচম চম্না লেপচবা মনপ থুৎ-থুৎ চিংখৎপা নুপামচা অদু তাম্থোক্লগা হায়রক্লম্মী।

হায় নপতৈবা... ইনাক চঙশিল্লক্কনুনে, মীনা অমুক নচারা কায়না হঙলক্কদৌ পুন্সিগী দাউ য়াদৌ মান্দেনে।

-প্রিতম কুমার

তঙাই ফদবগী চৎকদৌরিবনি

নুপা অদু য়াম্না কন্না নারম্মী, অদুনা মাগী নুপী অমদি মচাশিং
কৌশিন্দুনা ৱারী শারম্মী
ইবুঙোচৌবা নহাক্লা বসন্ত রেষ্ট্যুরেন্ট অদু লৌরো।
ইবোয়াইমা নঙনা শকহেনবী কেফে অদু লৌরো।
তোম্বা নহাক্লা নুংশিবী গার্দেন অদু লৌরো।
তম্ফাসনা নহাক্লা চাকথেকপী রেষ্ট্যুরেন্ট অসি লৌজরো।
মমা নহাক্লা পাম্মুবা রেষ্ট্যুরেন্ট অসি লৌজহৌরো।
ময়াম কপ্লম্মী।

নারিবসি নুংশি লায়চৎ হায়বা লায়নাদুনি, ঐ শ্বগগী লৈকোলদা চৎপা তারে, তৌবতদি নখোয় লম হেল্লক্কনু ঐসু আদা লম হেনবা চৎকদবা নত্তে, তঙাই ফদবগী চৎকদৌরিবনি।

-প্রিতম কুমার

থাজবরা, থাজদবরা ? অঙকপনা থল্লবা মালেম

- অমেরিকাদা লৈরিবা খ্বাইদগী ইনাক খুনবা মীওই চাদা ১ না লৈবাক্কী অপুনবা লন-থুমগী চাদা ৪২ রোম পায়। খ্বাইদগী লায়রবা মীওই চাদা ৮০ না অপুনবা লন-থুমগী চাদা ৭ খক পায়।
- সাউদি অরাবিয়াদা উট মরাং কায়না শীজিন্নে। অদুবু লৈবাক অসিনা শীজিন্নরিবা উট অয়াম্বা ওষ্ট্রেলিয়াদগী লৈবনি।
- মালেমদা লৈরিবা অপুনবা লৈঙোই মরূ মশীংগা য়েংনবদা শুপ্লগী লৈঙোই মরূ অমখক্তা য়াওরিবা এটোম মশীংনা য়াম্বা হেল্লি।
- মালেমদা তোঙান-তোঙানবা দ্রগ কয়ামরুম লৈ। দ্রগ শীজিন্নবা মীওই কয়ামরুমসু লৈরি। অদুবু দ্রগনা মী শিহনবদগীদি য়ূনা মী শিহনবনা য়াম্বা হেল্লি। লম্মাংদা ঐখোয়না খোঞ্জেল হৌনা লাউবা মতমদা খোম্থাং য়ৈরকই। অদুবু ঙানুনা খোঙবগী মখোলদি খোম্থাং য়ৈদে। কনামত্তনা মসিগী চপ চাবা মরম খঙবা ঙমদ্রি।
- থায়না মমাঙঙৈদা গ্রীকশিংনা লৈনুংদা হিংচাবা কয়ামরুম লৈ হায়না থাজনরম্মী। লৈনুংগী হিংচাবশিং অদুনা মখোয়-মশেল খৎনরকপা মতমদা য়ুহা হারকই হায়নসু থাজনরম্মী। অমরোমদা, অরিবা মতমগী জপানীজ মীয়াম্না থাজনখিবা ৱাফম অমগী মতুং ইন্না লৈনুংদা লৈবা কুরাক অমা মশা খপ্লকপা মতমদা য়ুহা হারকপনি হায়রি।
- শা-ষণ কিবগী থৌওংবু Zoophobia কৌই। মশীং কিজবগী থৌওংবুনা Arithmophobia কৌই।
- ইংলিশ লোলগী ময়েকশিং মথং-মনাও কায়দনা য়াওবা খ্বাইদগী শাংবা ৱাহৈদি "Almost" হায়বসিনি।
- সোলর সিষ্টেমদা লৈরিবা প্লানেট খুদিংমক ওয়রোমদগী য়েৎলোমদা (ক্লোকৱাইজ) উংঙি। অদুবু ভিনসতি য়েৎলোমদগী ওয়রোমদা এন্টি-ক্লোকৱাইজদা উংঙি।
- ফোর্বস মেগাজিনগী রিপোর্ট অমগী মতুং ইন্না কম্প্যুটর সোফটৱ্যেরদা শীজিন্নবদা খ্বাইদগী চূনবা অমসুং মপুঙ ফাবা লোলদি সংস্কৃট লোননি। মরম অদুনা সংস্কৃটপু লোল খুদিংমক্কী মমানি হায়না লৌনৈ।
- পাকপা-থাবগী ৱাফমনা তোখায়না থমখ্রগা চেবাং অমত্তা ময়ায় চপ চানা তরেৎলক্তগী হেন্না থূপচিনবা ঙম্লোই হায়রি।
- মালেমগী মফম পুম্নমক্তা খঙনবা ৱাহৈ খরখক্কী মনুংদা পিজা হায়বসিসু অমনি। চাংচত্তা শিবা কিবা মী মশীংদগী কুরাক কিজবা মী মশীংনা য়াম্বা হেল্লি।
- হঙ্গেরিদা সর্জনশিংনা সেন্দর সর্কাদি কৌবা মীওই অমগী কিদনিদগী কিলোগ্রাম ১.১ লূম্বা নুঙ অমা লৌথোক্লম্মী। দাইমেটরদা সেন্টিমিটর ১৭ ওইবা নুঙ অদু ওপরেশন তৌরগা লৌথোকখিবনি।
- কুমজা ২০০৩ দা কেলিফোর্নিয়াগী ট্রকিদা হোন হন্ট কৌবা কন্সট্রক্সন ৱার্কর অমা থবক শূরম্বদগী শোয়দুনা ওম্বরকখি। মদুদা মশানা পায়বা দ্রিলনা মমীৎতা য়ুংলগা লুখমদা ফাওদোরকখি। ইঞ্চি ১৮ শাংবা অমসুং ইঞ্চি ১.৫ না দাইমেটর ওইবা দ্রিলনা য়ুংবদগী মমীৎ তাঙলবসু মীওই অদু হৌজিক ফাওবা হিংলি।
- কুমজা ২০০৫ গী সেপ্টেম্বরদা য়ুনাইটেদ ষ্টেটসকী ফ্লোরিদাদা জেন স্কেরোলা কৌবা মীওই অমনা ময়ুমদা য়েনশা শেম্লম্লগা ঙাইহাক মপান দা থোক্লিঙৈগী চৈরক্তা ইমুংদা লোইবা হূই অমনা য়েনশা মতুম চাশিনখিবদা ইঞ্চি ১৩ শাংবা হূই অমা য়াওখিরম্মী। জোন-পোল কেরিয়ু কৌবা ভেটেরিনরিয়ন অমনা ওপরেশন তৌরগা থাং অদু হূইগী মবুক মনুংদগী লৌথোক্লম্মী।
- মারস প্লানেটতা চহী অমা লৈবগা মালেম (অর্থ) তা নুমীৎ ৬৮৭ লৈবগা চপ মান্নে।
- অলাস্কাগী মীওইশিংনা শম্বল খাবদা হেলগী শরু পোলাং শীজিন্নে অমসুং হেলগী ভর্টিব্রেটসু ফম্নবা চৌক্রি অমদি ষ্টুল ওইনা শীজিন্নে।
- কেনাদা অমসুং য়ুনাইটেদ ষ্টেটসতা লৈরিবা অপূনবা মীশিংদগীদি মীওই অমখক্কী মচীন মনুংদা লৈরিবা বেক্টরিয়া মশীংনা য়াম্বা হেল্লি।
- মীওইবনা তোঙান-তোঙানবা মনমশিংগী খেন্নবা খঙলবসু হূইনা মীওইবদগী শরুক ২০ হেন্না মনম খঙবা ঙম্মী।
- মীওইবা অমগী হকচাংদা য়াওরিবা উনশাগী শরুকশিং তোখায়না ওনবা মতমদা কিলোগ্রাম ৫ রোম লূমগনি।
- মীওইবদা লংস অনী পাল্লি। য়েৎথংবা লংসনা ওয়থংবা লংসতগী চাওবা হেল্লি।
- মীওইবা অমগী হকচাংদা সেল ট্রিলিয়ন ৫০ রোম য়াওই। মিনিট খুদিংগী সেল মিলিয়ন চহুম্লোম শিখি।
- হকচাংগী অপুনবা বোদি মাসকী চাদা ২ খক ওইরিবা ব্রেন্না ওক্সিজেনগী শরুক অয়াম্বা শীজিন্নে। ঈগী ঈচেলদা তিল্লকপা ওক্সিজেন চাদা ২০ লোম ব্রেন্না শীজিন্নে। মরম অদুনা ওক্সিজেন মরাং কায়না ফংলক্তবা মতমদা খ্বাইদগী হান্না অমাঙ-অতা থোক্লিবসি ব্রেন্নি।

চীঞ্জাক্না খ্বাইদগী ফবা হীদাক্লি -

খোংদ্রুম চাবনা হকচাং ময়েং তাহল্লি

খোংদ্রুম অসি মহৈ চানবগীদমক্তা থানবা মরী চৎপা শগাই শাদুনা হৌহনবা পান্বীনি। খোংদ্রুমগী মহৈ অসি নৌরিঙৈদা মনা-মশিংগী চীঞ্জাক ওইনা শীজিন্নবা লোকপা (হেকপা) নৎত্রগা মপুঙ-মরৈ ফারগা হেক্তুনা কংহল্লগা পাত্র নত্রগা পাইপ ওইনা শীজিন্নবা য়াই। খোংদ্রুম অসি মহৌশানা বোট্টল অমগী মওং মাল্লি অদুগা মচুনা নাপু ওইরপ্পা শংই। মসি ঈশিং-ঈনিল মরাঙ কায়না ফংবা অঙ্গং-অশাগী ফীভম লৈবা শ্রীলঙ্কা, ইন্দিয়া, ইন্দোনেসিয়া, মালেসিয়া, ফিলিপিন্স, চাইনা, ত্রোপিকেল অফ্রিকা অমসুং সাউথ অমেরিকাদা থানৈ।

ঐখোয়না খোংদ্রুমবু থোংদুনা চাবা নৎত্রগা মহী শুমদুনা থকপা মতমদা ৱাখল পোত্থাহল্লি অমসুং লিভরগী অনাবা কয়া ফহল্লি। খোংদ্রুমগী মশা পুন্বগী চানা ৯৬ তি ঈশিংনি অমসুং ফেটনা চাদা অমখক ওই। সেচ্যুরেটেদ ফেট, কলেষ্টেরোল নেম্না য়াওই, দাইটারি ফাইবরগী চাং ৱাংবগা লোয়ননা ভিটামিন-বি, রিবোফ্লাবিন, জিঙ্ক, থিয়ামিন, আইরন, মেগনেসিয়ম অমসুং মেঙ্গালিজ য়াওই। দাইটারি ফাইবর মরাঙ কায়না য়াওবনা খোংদ্রুম চাবনা খোং হাম্বা য়াদবা, পুক নুংশিৎ কাবা অমসুং নুঙশং ফাওবা ফহল্লি। মসি চাবদা ইরায় লায়না তুম্বা ঙমই অমসুং হকচাংগী অরুম্বা হন্থহন্নবগী অফবা চীঞ্জাক ওই। অয়ুক্তা চাকখাউ হাংলিঙৈদা খোংদ্রুম মহী গ্লাস অমা থক্লবদি অরাম-খৌরাংবা কোকহল্লি অমসুং হকচাংগী পাঙ্গল ময়েং তাহন্দে তৌইগুম্বসু অরেম্বদা কা-হেন্না চানিংবা ফহন্দুনা হকচাংবু তয়াং-তয়াংনা লৈহল্লি।

কেলোরি নেম্বা চীঞ্জাক চাবগী তঙাইফদবা মীশিং হায়বদি চাবা তুমগন্দবা, দাইবেটিজ লৈবা, অনাবদগী নৎত্রগা অশোকপদগী ফগৎলক্লিবা মীশিংগীদমক্তদি খোংদ্রুম অসি অফবা হীদাক ওইনা লৌবা য়াবা চীঞ্জাক্লি। সোদিয়ম, পোটাসিয়ম, তঙাইফদবা মিনরেলশিং অমসুং অতাংবা এলিমেন্টশিং য়াওবা মরম্না ব্লদ প্রেসর অমসুং হার্টকী লায়না লৈবা মীশিংনা খোংদ্রুম চাবা য়াম্না কান্নে। লিভরগী মপাঙ্গল শোম্বরক্তুনা চাশিনখিবা চীঞ্জাক তুমহনবা ৱাররক্লবা মতমদা অতৈ পোৎলমশিং চাদ্রবসু খোংদ্রুম চাদুনা খাংলগা, পাঙ্গল য়োকখৎপা য়াই।

মালেমগী অঙকপশিং

গ্লেসিয়র বে নেস্নেল পার্ক

গ্লেসিয়র বে নেস্নেল পার্ক এন্দ প্রিজার্ভ অসি য়ুনাইটেদ ষ্টেটসকী নেস্নেল পার্ক অমসুং প্রিজার্ভ অমনি। মসি জুনগী নোংচুপলোমদা অলাস্কা পেনহেন্ দলগী শরক্তা লৈ। কুমজা ১৯২৫ গী ফেব্রুৱারী ২৫ দা প্রসিদেন্ট বেলবিন কুলিজনা গ্লেসিয়র বেগী অকোয়দা লৈরিবা এরিয়াদুবু এন্টিক্কিটিজ এক্টকী মখাদা নেস্নেল মোন্যুমেন্ট অমনি হায়না লাউথোকখি। প্রসিদেন্ট জিম্মি কার্টসনা মোন্যুমেন্ট অদু ১৯৭৮ দা চাউথোকহনখ্রবা মতুংদা মখাদা ১৯৮০ গী দিসেম্বর ২ দা নেস্নেল মোন্যুমেন্ট অদু একর ৫২৩,০০০ দা চাউথোকহনখি। অসুম্না চাউথোকপগী প্রোসেস অদুদা অহেনবা লম একর ৫৭,০০০ হাপচিন্দুনা গ্লেসিয়র বে নেস্নেল পার্ক অমসুং প্রিজার্ভ শেমখি। স্পোট হন্টিং য়াহনবগা লোয়ননা অলমেক তুরেলগী শরুক অমা অমসুং মদুদা ফংবা ঙা মখল খরা অমসুং মখোয়গী লৈফম কন্নবগীদমক্তা পার্ক অদুগী নোংপোক নোংচুপ থংবা শরুক অদু নেস্নেল প্রিজার্ভ ওইহনখি।

কুমজা ১৯৭৯ দা গ্লেসিয়র বে বাইনেস্নেল য়ুনেস্কো ৱার্ল্ড হেরিটেজ সাইটকী শরুক অমা ওইহনখি। কুমজা ১৯৮৬ তা গ্লেসিয়র বেবু বাইওসফিয়র রিজার্ভ অমসু ওইহনখি। কুমজা ১৯৯৪ দা প্রোটেক্টেদ এরিয়াগী মেনেজমেন্টকী থবক্তা গভর্ণমেন্ট ওথোরিটিশিংগা দল্লিয়ু ঐচ ওনা অমসুং টলিনগিট নেটিভ অমেরিকান ওর্গনাইজেসনশিংগা খুৎশম্নবা হৌখি। পার্ক অমসুং প্রিজার্ভকী অপুনবা এরিয়াসি স্কৱার মাইল ৫,১৩০ ওইখি। গ্লেসিয়র বেগী অয়াম্বা শরুক (স্কৱার মাইল ৪,১৬৪) মশাগী

ফীভম কাইহন্দবা ৱাইল্ডরনেস এরিয়র ওইনা থল্লি।

গ্লেসিয়র বে নেস্নেল পার্ক অমসুং প্রিজার্ভ অসি অলাস্কা কোষ্টলাইনগী খা-নোংপোক থংবা শরুক্কী অৱাং ইথং থংবদা গল্ফ ওফ অলাস্কা অমসুং কনাদাগী মরক্তা লৈ। পার্ক অসিগী মনুং চনবা ঈশিংগী শরুক্তা কানাদাগী বোর্দরনা চঙশিল্লগা লৈ। পার্ক অসিগী মনুং চন্না লৈরিবা খ্বাইদগী ৱাংবা চীংদি ফুট ১৪,৩০০ ৱাংবা মাউন্ট ফ্যারৱেদরনি। ফ্যারৱেদর চীংগী নাপোম অদু ব্রাদি সাইসফিন্দনা কূপশিল্লি। চীংগী নাপোক অসিবু লৈরিবা পেনিনসুলা অদুনা ওমিন্দগী গ্লেসিয়র বে ফাওবা শন্দোক্তুনা লৈ। গ্লেসিয়র বেনা লৈরিবসি আইসি ষ্ট্রেটতগী গ্রান্দ গ্লেসিয়রদা লৈবা কনাদিয়ন বোর্দর ফাওবনি। অসুম্না গ্রান্দ গ্লেসিয়রদা লৈবা কনাদিয়ন চীংজাউগী শরুক্তু চিলকটকী নাপোম লৈদুনা পেনিন্সুলা অমা শেমজখি। পেনিন্সুলা অসিগী নোংপোক্তা লীন কেনেল লৈ অমসুং পার্ককী নোংপোক থংবা বাউন্দরি অদুদা তোঙ্গাস নেস্নেল ফোরেষ্টসু লৈ।

ফংফালগী লম্বী অমত্তনা পার্ক অসি য়ৌবা ঙমদে অমসুং নোংথক্কী লম্বী শীজিন্নদুনা পার্ক অসি ইরায় লায়না য়ৌবা য়াই। করিগুম্বা মতমদা কালেনগী মতম খরদা গুষ্ট ফেরিশিং শীজিন্নদুনা গুস্তাসবস নত্রগা দাইরেক্ট ওইনা বারলেট কোভ য়ৌবা য়াই। লম্বী চখোক-চৎশিনগী খুদোংচাদ্রবসু চহী খুদিংগী ওইনা ক্রুজ শিপ শীজিন্নদুনা মীওই ৪০০,০০০ গ্লেসিয়র বেদা কোয়বা লাক্লে।

গ্লেসিয়র বে নেস্নেল পার্কতা গভর্ণমেন্টনা ঙাক শেনবা লম একর ৬০০,০০০ মশাগী শক্তমদা অকাইবা পীদনা লৈ। পার্ক অমসুং প্রিজার্ভ অদুগী মনুংদা টলিনগিটকী মমাঙঙৈগী হোমলেন্দ লৈ। মদু ঙসিসু মফম অদুদা তারিবা মীশিংগী ওইনা কলচর অমসুং সিপচ্যুএলগী ওইবা মরু ওইবা অমনি। অলমেক তুরেলনা মফম অদুদা থিজিন-হুমজিনবগী লম্বী অমা ওইবদা নত্তনা পার্ক অদুগী কোষ্টেল মাউন্টেন রেঞ্জদগী পেসিফিক ওসিনগা তাইনবা প্রিজার্ভ ফাওবা চখোক-চৎশিন তৌনবগী লম্বীসু ওইরি। পার্ককা খেন্নবা মওং অমদা মফম অদুদা খুন্দারিবা মীশিংবু অলমেক তুরেলদা ঙা ফাদুনা হিংনবগী খুদোংচাবা পী। গ্লেসিয়রগী ইকোসিষ্টেম কাইহন্দনা থম্বগা লোয়ননা লমদমদুগী মীশিংদা ঙা ফাবা অমসুং শা তানবগী খুদোংচাবা পীরিবদু অলাস্কা নেস্নেল ইন্টরেষ্ট লেন্দস কঞ্জার্ভেসন এক্টকী মখাদনি।

পার্ক অসিদা টাইদৱাটর গ্লেসিয়র ১৫ লৈ। উন্না কূপ্পা চীংজাওদগী বেদা তারক্লিবা গ্লেসিয়রশিং অদুনা য়েংবদা ফজরবা উন অমসুং উনগী টাইদৱাটর গ্লেসিয়র ৯ লৈ। মখোয়গী মনুংদা মরিদি অচৌবা উন চদুম-চদুম শেমদুনা বেদা তাশিন্দুনা উনগী চীংদুমশিং ওনখি। কুমজা ১৯৯০ গী মতুংদা ম্যুইর গ্লেসিয়রসু অসুম তুমশিনখিদুনা টাইদ ৱাটর গ্লেসিয়রনি হায়বা য়াদ্রে। ভিজিটর অয়াম্বনা হৌজিক্তি মরগরি অমসুং লমলখ গ্লেসিয়রশিংদা চৎনরে।