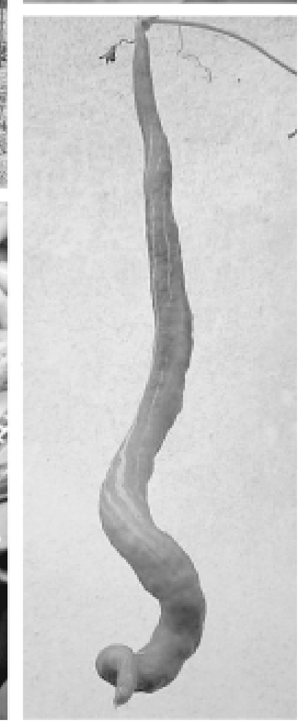
হীদাক কান্নরবা পাম্বীশিং ঃ শেবোৎ-লিনমানবী

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

কনানবু থাজরুগদগে মদুদি ঐখোয়না য়াম্না পাম্না এঞ্জাং অমা ওইনা চানরিবা শেবোৎ-লিনমানবী পান্বী অসিগী থোইদোক হেন্দোকপা হীদাক্কী ওইবা মগুণশিং অসিবু। শেবোৎ-লিনমানবী হায়রিবা পাম্বী অসি শেবোৎ মখল অমনি অদুবু মদুগী মহৈ অসি হেক য়েংবদা লিন মানবদগী পাম্বী অসিবু শেবোৎ-লিনমানবী হায়না কৌনৈ। শেবোৎ-লিনমানবী পাম্বী অসি হিন্দিদা চচিঙ্গা (Chachinga) নৎত্রগা চচিন্দা (Chachinda) নৎত্রগা চচোন্দা (Chachonda), মালায়ালমদা কাইপাম-পোতালাম (Kaippam-potalam), মারাথিদা জঙ্গলী পাদাভালা (Jangli padovala), টামিলদা আলাকাইপুতল (Alakaipputal), সংস্কৃটতা আমরিতাফালা (Amritaphala) নৎত্রগা বিজাগার্ভা (Bijagarbha), ইংলিসতা স্নেক গর্ড (Snake gourd), সাইন্টিফিক নৎত্রগা বোটানিকেলগী ওইবা মমিংদা *ত্রাইকোসেন্থিস ক্যুক্যুমেরিনা (Trichosanthes cucumerina Linn.)* নৎত্রগা *ত্রাইকোসেন্থিস এঙ্গুইনিয়া (T. Colubrina J. Jaog.)* নৎত্রগা *ত্রাইকোসেন্থিস পেতালা (T. anguinea Linn.)* নৎত্রগা *ত্রাইকোসেন্থিস কোলুব্রিনা (T. petala Buck-Ham ex Wall)* নৎত্রগা *ক্যুক্যুমিস এঙ্গুইনস (Cucumis anguinus (Linn) Linn.)* নৎত্রগা *এঙ্গুইনা ক্যুক্যুমেরিনা (Anguina cucumerina (Linn) Kuntze)* হায়না কৌই অমসুং থবী-মাইরেলগী শাগৈ হায়বদি *ক্যুক্যুর্বিটেসী (Cucurbitaceae)* দা চল্লি।

পাউদম অমগী মতুং ইন্না শেবোৎ-লিনমানবী পাম্বী অসি খা অমসুং খা-নোংপোক থংবা এসিয়াগী ত্রোপিকেল অমসুং সব-ত্রোপিকেলগী লমদমশিং ইন্দিয়া, নেপাল, পাকিষ্টান, বংলাদেশ, শ্রীলঙ্কা, ম্যান্মার, ইন্দোনেসিয়া, মলেসিয়া অমসুং খা থংবা চাইনাগী লমদমশিংদা মহৌশাগী ওইনা হৌজৈ। পাম্বী অসি অৱাং থংবা ওষ্ট্রেলিয়াদগীসু হৌরকফম ওই হায়না অতোপ্পা পাউদম অমনসু পীরি অমসুং কোন্নথংদা ফ্লোরিদা অমসুং আফ্রিকাগী লমদমশিংদা শন্দোকখিদুনা ঙসিদি ফজনা হৌবগী পাউদম লৈ। পাউদম অমগী মতুং ইন্না শেবোৎ-লিনমানবীগী মহৈদা প্রোটিন, ফেট, ফাইবর, কার্বোহাইদ্রেট, কেলসিয়ম, ফোসফোরস, আইরন, কেরোটিন, থিয়ামিন, রাইবোফ্লেবিন অমসুং নিয়াসিন অসিনচিংবশিং য়াওই।

শেবোৎ-লিনমানবী পাম্বী অসি য়াম্না লিরবা মতমদগী হীদাক লাংথক ওইনা শীজিন্নরকপগী পাউদমশিং লৈ। অয়ুর্বেদকী লায়েং-পথাপকী মতুং ইন্না শেবোৎ-লিনমানবী অসি মীওইবগী ৱাখল লৈতাদবা, অরিবা অমাংবা য়ৈখৎপা, উনশাগী লায়না মখল কয়ামরুম, ঈশিং পুকচৎপা, পুক নুংশিৎ কাবা, থীবোঙ-থীরিল অমসুং চাকখাওদা তীল লৈবা, অরুম-লাইহৌ তৌবা, হকচাং চোকথবা অমসুং শোন্থবা, চানীং-থক্লিংবা ফাওদবনচিংবশিংগী লায়েং হীদাক ওইনা শীজিন্নদুনা লাক্লি। শেবোৎ লিনমানবীগী মনা অসি হার্টকী য়াম্না ফবা হীদাক অমা ওইবতা নত্তনা হকচাং শাগৎপা অসি মপূং ফানা হন্থহনবগী পাউদমসু লৈ। শেবোৎ-লিনমানবী মনা শুগাইদুনা লৌবা মহী অদু নিংশা শ্বর থবেৎ-থবেৎ হোনবা অমসুং হার্ট মপাঙ্গল শোন্থরকপদগী চৈনা ফাওবা তৌরবদি নোংমদা অহুম্লক অমুক্তা চামচ অমগী চাংদাদা পীথকপদা থোইদোক্লা কানবগী পাউদমসু লৈ। শেবোৎ-লিনমানবী মহৈ অসি কেলোরিগী চাং য়াম্না হন্থনা য়াওবা মরম্না দাইবেটিসনা নারবা মীওইশিংগী য়াম্না ফরবা চিঞ্জাক অমা ওইনা পীজনৈ। কনাগুম্বা মীওই অমা জোন্দিসনা নারবদি শেবোৎ-লিনমানবী মনা অমসুং ফদিগোম মরু (২:১গী চাংদাদা লৌরগা) পূন্না শুগাইরগা শুমদুনা লৌবা মহী অদু নোংমদা অহুম্লক চামচ অমমমগী চাংদাদা পীথক্তুনা লায়েংবা য়াই। ঈশিং য়াম্না তোয়না খৌরাংদুনা খৌনাও খ্রক-খ্রক কংলবদি শেবোৎ-লিনমানবী মহৈ অদু শুগাইরগা লৌবা মহী অদু ঈশিংগা য়ানশিন্নরগা চিনি অঙৌবা খজিক্তং তুমহল্লগা শেম্বা মহী অদু নোংমদা গ্লাস ২গী চাংদাদা হাপ্তা অমগুম্বা পীথকপীগনি। চিনিগী মহুত্তা খোইহি ওইনা হাপ্লবদি অমুক্কা হেন্না ফৈ হায়বগী পাউদমসু লৈ। পাউদম অমগী মতুং ইন্না শেবোৎ-লিনমানবীগী মনা শুগাইদুনা লৌবা অনঙবা মহী অদু চাং নাইনা শমখোংদা তৈবদা এলোপেসিয়া (Alopecia) হায়রিবা শম কেন্দুনা কোক তাংবা অসি ঙাকথোকপা ঙম্মী হায়দুনা য়াম্না কুইরবা মতমদগী শীজিন্নরক্লি। শেবোৎ-লিনমানবীগী মরা শুগাইদুনা লৌবা মহী অসি চাং নাইনা পীথকপদা মশা-মউ ফগৎহন্দুনা নাদ-য়েক্তনা থম্বা ঙম্মী হায়নসু অখঙ-অহৈাংনা মত পীরি। চেকশিনবিগদবা ৱাফম অমনা শেবোৎ-লিনমানবীগী অমুনবা মহৈ অসি চাং হেন্না চাশিল্লবদি চাবা তুমদদুনা ওবা ফাইবা তৌরকপা য়াই।



মুৎখিগদৌরবা য়েংদৌ

লাইশ্রম তোম্বা খুমন

মালেমসিদা হৌরিবা-হৌরম্বা পাম্বী খুদিংমক মুৎপা-মাঙবা য়াওরকই। কন্না কান্নরবা পাম্বী কয়ামা উবা ফংখিদ্রে, কাউনখ্রে। খুদম ওইনা অমা অনীদং লৌখৎচরবদা চুম্নাং, খোইমোম, নিংথৌখোংলৈ, য়েন্নখেৎ, কোন্নুংয়েঙবী, অৱাকেগে, কেৱা অসিনচিংবা মশীং থিঙমদবা মমিং খঙদবা কয়া কয়ানি।

ইরৈবাক্কী লৈমায়গী লৈহাওগা য়াম্না চুনবা য়েংদৌ হায়রিবা পাম্বী অসি নোংজু থাদা ময়োন চোংই। লৈনুংদগী ময়োনশিংসি থিন্দোক্লকই। ফুট অমমুক ৱাংলকপা অদুৱাইদা অতেনবা মনা পানবা হৌরকই। য়েংদৌগী ময়োন চোংলকপদি শীং-য়াইঙংদৌনা লৈবাক মনুংদা মরূ শাংনা চৎলি। মরূশিংদুগী মমিৎ মমিৎতা ময়োনশিং চোঙলগা য়েংদৌ ওইরকই। য়েংদৌ অসি য়ামদ্রবদা ফুট ১৫-২৫ ফাওবা শাংই। য়েংদৌগী মখোঙৱাইদা মতাং খরা কুঙনা য়াওই অদুগা অতৈদনা ফুট মখায়মুক শাংই। পীক্লিঙৈদা য়েংদৌ মখোংদগী মতোন ফাওবা মনানা য়োমশিল্লি, য়েংদৌ মশামক শেংনা উবা ফংদে, মতাং খুদিংগী মনা পাল্লি। পাম্বীনা মপূং ফারক্লবা মতম হায়বদি মেরা, হিয়াঙ্গৈগী অদুৱাইদা ফৌ পাম্বীদৌনা মপান পোম্লক্লগা তপ্না তপ্না শাৎতোক্লকই। মতম অসিদা পাক্তক্লনা ইরৈবাক্তা থানবা ফৌ-মোইরাংফৌ অসিগা চপ মান্না শাৎমিন্নৈ। অহলশিংনা লৌবুক্তা চৎত্রবসু য়েংদৌ পাম্বী য়েংলগা মোইরাংফৌ লৌগী ফীভম লায়না খঙবা ঙম্মী। মপান শাৎলবা মতুংদা চহী লাল্লবা য়েংদৌশিংদু লিশিল্লক্লবদা, হৌরকপদা য়াওরকপা মনাশিংদু লোয়না কেনখি, কেন্দ্রবসু অকংবা ওইনা পাম্বীদা নপতুনা লৈ। য়েংদৌগী মতাং খুদিংদা মমিৎ য়াওই। অরিবা য়েংদৌশিং মতোনগী মতাংশিংগী মমিৎশিংদুদগী মতোন চোঙলকপসু য়াওই। অসিগুম্বা মতাং অসিদা য়েংদৌশিংদু য়াল্লগা শীজিন্নবা য়ারে। শিন্মীশিংনা য়েংদৌ অমা খাইবা মতমদা পৈয়া তরুক্তি শোয়দনা থোকহল্লি। পৈয়াশিংদু কংনা ফৌদোক্লগা শীজিন্ননিংবা মওংদা শীজিন্নবা য়ারে। য়েংদৌ পাম্বী অমগী মপুন্সিদি চহী ৪,৫ রোম ওই। য়াম্না লিরবা পাম্বীশিংদি তিন চঙলকই, শীজিন্নবা নুংঙাইতে, মমৈথংদা কংশিল্লকই। য়েংদৌসি অয়াম্বদা চেকপন্দা থান্নৈ। অরিবা পাম্বীশিংদু চহী খুদিংগী য়ানথোকপনা লৈহৌরিবা পাম্বীশিংদু ফবা হেলহল্লি। য়েংদৌসি মণিপুর কংলৈপাক্কী অয়াম্বা মফমদা মরাং কায়না ফংলম্মী। কংলৈপাক্কী ৱাংমদদি মফম খরা নত্তনা পাম্বীসি হৌবগী পাউ ফংদে।

য়েংদৌ মপানসি মতম অমদা অফবা মখলগী তেরা ওইনা শীজিন্নৈ। লুহোংবা অমদা য়েংদৌগী তেরানা খ্বাংদা শাবা মোম্পাকফিদা ফজনা হানখ্রবা মোম্পাকশিংদু মী অদুগী মপুন্সি চুপ্পা কোন্নৈ হায়নরি। মতমগী মতুং ইন্না য়ুবী মকুগী, দনলোপকী, ফোমগী, নোংপোকলোমদগী পুশিল্লকপা লশিং, তেরা হায়রিবা শিংশিনা মহুৎ শিনখ্রে। য়েংদৌ মপানগী তেরানা মোনপাক হাল্লি হায়বসি হৌজিক্কী মীরোলনদি মঙগুম্বনি। য়েংদৌ পৈয়ানা ইরৈপাকসিদা শাবা খ্বাইদগী কান্নরবা, মমিং চৎলবা ফকলেন য়ৈনফক (চাউরাক্লা ফুট ১২-১৩ রোম পাকই, ২২-২৪ রোম শাংই) লৌ য়ৈবা খুদিংগী তঙাইফদনা চঙলম্মী। পৈয়া অসিনা কান্নরবা ফম্নবা ফকশাং শাদুনা মতম শাংনা চহী ৭/৮ লোম শীজিন্নবা য়ারম্মী। পৈয়া অসিনা গভর্ণমেন্টকী ক্বার্টর, মীতৈ য়ুমশাগী মাঙ্গোলগী মথক্লচিংবা অয়াম্বা লৈতেং তৌদুনা ফজহনগে হায়রবদি পৈয়া অসিগী শিলিং হাপ্তুনা ফজবা শক্লরম্মী, হৌজিক ফাওবা হায়রিবা শিলিংশিংসি অরিবা ক্বার্টর অমদি মীতৈ য়ুমশাশিংদা উবা ফংনরি। ফৌ ফৌনবা লা হায়রিবসি পৈয়া অসিনা শাবনি। মতম অমদা য়ুম অমা লৈরবদি লা অমা তঙাইফদে, ফৌ কংনা ফৌদোক্লগা শুম্বলদা শুক্লা শুরগা চেঙ পুথোকপা চৎনরম্মী অমসুং চান্নরম্মী। হৌজিক্তি শুক-শুম্বল হীদাক তৌগে হায়রবসু ফংদ্রে। ঙা ফাবা মীওইশিংনা ঙা ফৌনবা পৈয়া অসিগী খরাই শীজিন্নৈ। য়াম্না মরুওইনা ইরৈচাশিংনা লাই ইকৌবা, শরোই খাঙবদা অমদি অতৈ অতৈ লাইগী থৌরমদা চঙদবা য়াদবা য়েংদৌ উতোং (য়ু উতোং) অসি তঙাইফদনা থাদোক্লবা য়াদ্রবা পোৎলম অমা ওইনা শীজিন্নরি।

য়েংদৌ মশামক মখল মখা অয়াম্বদা শীজিন্নৈ। ফৌ হাপ্নবা কোৎ, য়েংদৌ থুগাইরগা শানিংবা মওংদা শাদুনা শীজিন্নরম্মী। য়ুম শাবদা য়েংদৌনা ফক্লাং খারগা ৱাই তৈবসু তৌনরম্মী। পৈয়া শেৎখিবগী কাবক অদুসু ফৌ হাপ্নবা কোৎ, ফক্লোং অমদি অতৈ কান্নরবা কয়াদা শীজিন্নরম্মী অমসুং হৌজিকসু লৈনরি। য়েংদৌ মনৌ অসি য়াম্না খাই। মসিনা হীদাক ওইনসু শীজিন্নরম্মী। গ্যাস ফংদ্রিঙৈদা য়েংদৌ অমসুং কাবক চাক থোংবদা শীজিন্নরম্মী। হৌজিকসু গ্যাস ফংদবা মতমদা শীজিন্নরি। য়েংদৌনা শম্বল থিংবসু চৎনরম্মী। মনাসু ষণ, ইরোইনা পাম্না চাই। হীরম কয়াদা, ইরৈপাকচাশিংদা ঙমখৈ লৈতনা কান্নবা পীরম্বা পাম্বী অমনি অমসুং অসিগী মখল মখা অয়াম্বা পোখোকশিংসি উরক্তবগুম তৌরিবসি পূক্লিং নুংশিনিঙাই ওইরি।

য়েংদৌ অমসুং মসিগী পোখোকপু মতমগী ঈচেল মতুং ইন্না লৌ য়ৈবদা চঙদবা য়াদবা য়ৈনফক ঙসিদি লৌনয়ৈ মেছিন থোরকপদগী অপাবা দম্বুরনা মহুৎ শিন্দুনা য়ৈনফম নীংশিংনদ্রে। হায়নবা লৈ মদুদি 'লম্বী অমনবদা অমাঙবা তৌশিনগনু' হায়বদুমক মরক, মরক্তা চপ চানা থোকই। মদুদি নোং-চিং তাদুনা লৌবুক্কী লৈবাক হোমলবদি লৌয়ৈ মেছিন চঙবা য়াররোই মতমদুদা চৎনদ্রে হায়না কাউথোকপীখ্রবা য়ৈনফক, চৈরোঙ, হুমাই, ফৌইনথোক কোয়থি থিনরি। মতমদুদা য়ৈনফক্কী মতিক ময়াই খঙনরকই। অসিগুম্বা কান্নরবা পাম্বীশিংসি ঙসিদি কনানসু নীংশিংবিদ্রে। ইরৈবাক্কী ইরৈচাশিংনা য়েংদৌবু নুংশিবিদ্রে কনানসু য়োকখৎপীগে খন্দ্রে। মসিমক্তি লাইবক থিবনি। মুৎখিগদৌরবা পাম্বী অসি য়োকখৎপীদুনা লৈমায়সিদা মহৌশাগী ওইবা খুদোলসি কনবদা মতেং পাঙবিয়ু অসিদা নত্তনা মালেমসিগী মাঙখিগদৌরবা মহৌশাগী পাম্বীশিংসি নুংশিবা মিৎয়েংগা লোয়ননা কনবদা পূক্লিং থৌগৎপীয়ু। মীতৈনা য়াম্না মরুওইবা লাইগী থৌগলশিংদা লিশাং শিংনা শিজিন্নরমই অমসুং নুমিৎ থানা লৈরিবা ফাওবা শীজিন্নবা ঙম্নবা ইরাৎ থৌনি পরিং চুম্না তৌবা ঙম্নবা য়েংদৌবু নুংশিবিয়ু। য়ূম খুদিংগী য়েংদৌ অমমমতং থাবীদুনা মাঙখিগদৌরবা ইনাৎকী চৎনবী কনবদা ঐখোয় খুদিংমক্কী ইথৌ ওইমিন্নসি। হান্নना য়ুম য়ূমদা লৈরিবা অমনবা ফকলেন, য়ৈনফকশিংদু লাৎলগা থম্বীয়ু হায়জনীংই। মরমদি মতম অমদা হায়রিবা পোৎশিংসি ম্যুজিয়মদা (অরিবা পোৎ লীদুনা থম্বদা উবা নত্তনা উবা ফংলোই। অরিবা অমদি মাঙখিগদৌরবা পোৎলমশিংসি নুংশিনা য়েংবগী হৈনবী চৎনবী ইরৈচাশিংনা থম্বীয়ু।

এদিটরদা থারকপা ৱাকৎ, মীয়ামগী খোল্লাউ, পাউদম অমসুং অতৈ-অতৈ

ঙসিগী খুন্নাইদা নুপীগী থাক অমসুং মফম

ইকায়খুম্নজরিবা এডিটর,

মালেমদা নুপী-নুপা, জীব খুদিংসু লাবা-অমোম জুরা-জুরা লৈমিন্নদুনা মালেম শেম্মী। মালেমদা নুপী ওইবীগী থৌদাং অসুক্কী মতিক চাউই। মালেম অসিদা নুপী য়াওদ্রবা অরেম্বনি। খুন্নাইদা নুপীনা অথোইবা ফীদমনি। ইমুং মনুংদনা গমলাগী লৈরাংগুম্বনি। মপুরোইবগী মফমদা লোইনবী মনাইনুপীনি, মমানি, লাইরেম্বীনি পূম্নমকনি। অঙাং পীশক ওইরিঙৈদগী নুপীগা নুপাগা থৌদাং কয়াদা খেন্নবা অদুম ওইরকই। অঙাং ওইরিবা নুপামচা অমনা নুপীমচা অমগী মতৌ কৈদৌনুংদা তৌবা ওইথোক্তে। নুপীদি অঙাং ওইরিঙৈদগী য়ূমগী মমানা তৌবা য়ূম্বাল্লোন তাকউবা হায়রুবা নাইদনা চুশিন্নবা হৌরকই। মসি নুপীমচাশিংগীদি তাইবঙ খোঙদারকপদা লোইনরক্লবা মপূনা পীরকপা খুদোলনি। ইমুং অদুগী চাক থোংবা ঈশিং শোকচিনবা অমদি কোল-লিক ফেংবা য়াওনা ৱাই-লম তাশিনবা হৈনরকই। মসি নুপামচাশিংদা য়াওদে। অমোৎপা ফি অমতং লৈবদা মশাগী য়াওনা শু চামগদবগী হোৎনৈ। মসি ইমুং অমখক্কী ৱা নত্তে, ইমুং খুদিংগীনি। অসিগুম্বা থৌদাং ময়াম অসিগী মরক্তা মশাগী লাইরিক লাইশু তমগদবসু নুপীনা হেনবা ঙমদে। অনম্বনা নুপীগা নুপাগা ইংবদা তপ্পদা থবক অমা তৌবদা পূক্লিং চঙবদা নুপীনা হেন্না ঐখোয়না উই। নুপী অমসুং নুপাগী হকচাং কয়াৎতসু অঙকপা ফংনা খেন্নবা লৈ। মমা ওইবী অমনা অঙাং অমা নাওপুবা হায়বসি অরাইবা নত্তে। থা তরা নাওপুরগা অঙাং চেল্লবা মতুংদা অঙাংদুনা তাইবঙ মীরোল লাকত্রিঙৈদা মমাগী থৌদাং অসুক্কী মতিক চাওই। অঙাংশিংনা অমুক মহৈ মশীন তম্বা হৌগৎলকপদা অঙাংশিংবু অয়ূক্কী ব্রেকফাষ্ট পীজবা অদুগা লাইরিক লাইশু পাহন্দুনা শেন্নবীবা, অমুক্কা স্কুল কাবা নংনবা চাক থোংদুনা পীজবা, মফি মরোল শেৎপীবা অদুগা স্কুল চৎনবা হোৎনবা অসি মমা ওইবীনা থৌদাং লৌরিবনি। মসিদনি নেপোলিয়ন বোনাপার্টনা অফবা মমা অমা লৈরবদি মালেম জয় তৌগে হায়রিবসি। মসিগী নুংগী ৱাহন্থোক য়াম্না ফজৈ অমসুং পাক চাউই।

অফবা মমানা অফবা অঙাং শেমগনি। শেম্বদা য়ারোইদবা অমা ফাওবা লৈরোই। জঙ্গলগী শাহিং চাবা কৈ, নোংশা তেহন্দুনা কান্নবা লম্বী কয়াদা শীজিন্নবা য়ারিবনি। মীওইবদি করিগী তম্বীবা য়ারোই। ঙসিগী খুন্নাই অসিগী লাইবক মমা ওইবীশিংনা লেপ্পীগদৌরিবনি। ঙসিগী মীরোলনা নুপীবু লায়না লৌবগী চৎনবী লাক্লিবা অসি চুমদবনি। নুপীনা খ্বাইদগী মরু ওই হায়বসি মীপুম খুদিং খঙগদৌবনি। নুপীগী মগুণ হন্থরকপনা খুন্নাই অসিদা ঈরাং-ঈহৌ অমদি ক্রাইম কয়া থোক্লবগী মরম ওই। অমরোমদা ঙসিগী মমা ওইগদবা অমসুং ওইরিবী কয়ানা য়াম্নমক খন্থবা মথৌ তাই। মমাগী ৱাখল লানখ্রবা, মীৎয়েং শোয়খ্রবা অদু ওইরবদি লৈপাক অসিদি মখোয়না শেমগদৌবা ওইবনা করি ওইবা তাই, খল্লুবদা তু চুংবা ফাওই। ঙসিগী নাওশুম পায়রিবা খুত্তুনা নাওশুমদি পায়দনা লুদুগী মরু কৌতা, জ্বারগী চে, য়ুঙাং লিক্লিগী গ্লাস অমদি ক্বা জরদাগী মতপ মখূৎতা মরী মঙা পায়দুনা লৈরবদি লৈপাক অসিদি করি ওইগনি। অমুকসু লিরি খোইরিনা লৈগদবা মায়থোং নোল্লুক্লা চৎকদবা লমচৎ পূম্নমক হুন্দোক্তুনা মোবাইল অমা মনাদা নপশিন্দুনা চৎলক্লবদি লৈপাক শান্তি লৈরোই, ক্রাইম কয়াগী হৌরকফম শোয়দনা ওইগনি। মসিনা মচা শেমগদৌবসি কদাইদনো? মালেম অসিদা অচৌবা থৌদাং লৌগদৌবা মমা ওইবীশিংনা হীরম অসিদা নাচঙদ্রবদি তুংগী য়ূম্বীরেল ওইগদবা নহাশিংগী আশা পূম্নমক মাঙলগনি। অদুনা জরদা থাদোকপীরো, অঙাংবা গ্লাস, লুদুগী মরু, মোবাইলগী লীলা থাপ্না হুন্দোক্তুনা নাওশুম হাইগদবা অমসুং হাইরিবা খূৎনি খন্না ইচাশিংবু করম্না হয়েংগী লমদম অসিগী থৌবুরেল ওইহৌগনি খন্না লৈপাক্কীদমক অফবা লম্বী অমা অপন অরাক লৈতনবা অফবা খুন্নাই অমগী আশা চাউনা ঐখোয় পূম্বা তৌমিন্নরসি।

অদোমগী - এম থম্বৌ সিংহ, ককচীং খুনৌ

মরোল থোকপা লাই