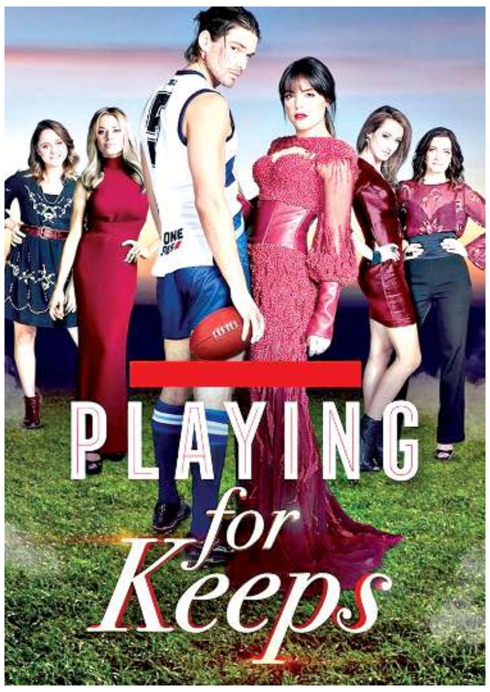
মমিং লৈরবী ওষ্ট্রেলিয়ন এক্ট্রেস ইসাবেল্লা

- নানি

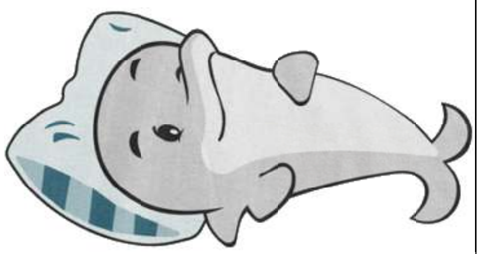
মণিপুরদা ফিল্ম পামজবা মীওই কয়া অমা লৈরি। মমা-মপা ওইবশিংনসু হৌজিক্তি মচাশিংবু ফিল্মদা অমুক্তং পুশিনবীনবা কন্না চেঞ্জবা কয়া অমসু থেংনরে। মতম অমদদি আর্ট এক্টিং তৌবা হায়বসি য়াম্না লেমদবা অমদি য়াম্না পামদবা শিনফম অমা ওইরম্মী। ঐখোয়না পিক্লিদৈঙেদগী হৌনা শিনফম অসিদা চঙশিনবশিং অসি করেম কথায়নরম্মী। কনা অমতনা থওইনা মতেং পাংবীবা অমদি শৌগৎপীবা য়াওখিদে। ঐ ইশামক্লা য়াম্না থৱায় য়াওনা ইথন্নতা চেঞ্জবা নত্তনা অহল লমনশিংগী মায়কৈদগীসু মতেং পাংবীবগী ৱাখল্লোন অসি লাপ্পা লৈরম্মী। মসিগী মরুওইবদি আর্ট এক্টিং তৌবা আর্টিষ্ট হায়বসি অনেম্বা থাক্কী মীশিংনি হায়না লৌনরম্মী। হৌজিক্তি মমা-মপা ওইবশিং অসিনা মচাশিংবু লম্বী অসিদা অমুক্তং চঙশিনবা ঙল্লবদি হায়না কোয়চেন চেন্নরিবা অসি য়াম্না নুংঙাই। ফৈ। তৌবতবু আর্ট হায়বা অসিদি পাম্মী হায়দুনা হেক্তা তৌবদি য়াদে। থৱায় য়াওজে হায়দুনসু হেক্তা অচৌবা রোল অমা লৌবা ঙম্বা নত্তে। হৈবা, খঙবা হায়বা অমা চঙই হায়বসিমদি মমা-মপা অমদি মশানা কয়া খঙদবদৌনা তৌরি। তমদনা হৈবা লৈতে হায়বসি ওজাশিংনা ঐখোয়দা তাকপীরকপদু, হৌজিক্কানদি তমদ্রসু হৈনি হায়বা ওভর কনফিদেন্সকী লায়না অমা কন্না নারক্লবদৌনা থেংনৈ। মসিগী খল্লুবদা করিগুম্বদা য়াম্না নুংঙাইতবা ফাওই। মালেমদা মমিং লৈনা ফাওরক্লিবা এক্টর কয়াশিং অসিনা করম্না মখোয়না মখোয়গী লম্বীদা লাকপদা মায় পাক্লকপগে অমদি কয়া য়াম্না কন্না হোৎনবগে হায়বদুগী খুদম চাংদম অদু খঙনবা মপানগী এক্টরশিংগী ৱাফম কয়া পুশিন্দুনা কাখল অসিদা ইদুনা হাপচরিবসিনি। মসিগী মরুওইবা পান্দমদি, লমদম অসিদা নৌনা হৌরক্লিবা এক্টর ওইনীংবা নহাশিংদা মমিং লৈরবা কয়ানা মখোয়গী করিয়র অদু শেম্লকপা মতমদা লৌখিবা থৌদাং কয়াশিং অদু খঙলগা মখোয়সু করি তৌবা য়াবগে হায়বা ফীরেপ অমা লেপচবদা ৱাখল লৌশিং থোক্লবগীদমক ইজরিবনি।

ঙসিগী কাখল অসিদা মমিং লৈরক্লিবা নহা ওইরিবা এক্টর ইসাবেল্লাগী মপাউ তেন্তক্লা পুরক্লি। ওষ্ট্রেলিয়াগী মেলবোর্ন হায়রিবা মফমদুদা ম্যুজিক কম্পোজর অমগী মচানুপী অহুমগী মনুংদা খ্বাইদগী অহল ওইনা কুমজা ১৯৯০গী ফেব্রুৱারী ১৫দা Isabella Giovinazzo পোকখি। মহাক্কী মখাদা লৈরিবী মনাওনুপী অনীদুদি -Greta Giovinazzo অমদি Olivia Giovinazzo নি। মেলবোর্ন গর্লস কোলেজতগী সেকেন্দরি ষ্টেন্দর্দ অমদি য়ুনিভর্সিটি ওফ মেলবোর্নদগী গ্রেজুয়েসন লোইরবা মতুংদা মহাক্লা পামজবা ফিল্ম দিরেক্টিং অমদি রাইটিংগী মতাংদা Swinburne Film School in Melbourne, Swinburne University দগী বেচেলর ওফ ফিল্ম এন্দ টেলিভিজন দিগ্রী কোর্স তম্লকখি। মদুগা লোয়ননা মহাক্লা এক্টিংগী হীরমদসু নিংথিনা তম্বা হৌরকখি। ফিল্মদা লাক্ত্রিদৈঙেগী মমাঙদা মহাক থিএটরদা থৱায় য়াওনা কুম্লকই। লোয়ননা মমীগী তাইবঙগী ওইনসু সেরিএল দ্রামা -Wee Jimmy (2001) হায়বা অসিদগী হৌরকই। মহাক শোর্ট ফিল্ম খরদসু মায় পাক্লা কুমখি মদুদি -"Out of Drakness", "One of Many Night Stands" অমদি "Him Behind Her" হায়রিবশিং অসিনি। ইসাবেল্লা অসি লম কোয়বসু য়াম্না পামজে। মসি মহাক্কী হোবিনি। অদুনা মহাক্লা গ্রেজুয়েসন তম্বা হৌরকপা 1st semester দা মহাক্কী মপুবোক্কী পোক্লফম ওইরিবা য়ুরোপকী Calabrian town দা মতম খরা লৈখি। মদুগী খোঙচৎ অদুনসু মহাকপু আর্টকী লম্বীদা পুশিনবদা য়াম্না অচৌবা মতেং ওইখি। য়ুরোপ্তগী হল্লক্লগা মহাক এক্টিং তম্বা হৌখি। মহাক্কী এক্টিং দিগ্রী কোর্স লোইরবা মতুংদা এক্টিং স্কিল হেন্না মায় পাক্লবা অমদি দিভলপ তৌনবগীদমক মেলবোর্নদা লৈবা প্রাইভেট এক্টিং স্কুল কয়াদা তাকপী তম্বীবগী থবক তৌবা হৌখি। মদুনসু মঙোন্দা লাইরিক হেন্না পানবগী অমদি হীরম অদুদা হেন্না খঙনবগী তাঞ্জা ফংবা ঙমখি। ইসাবেল্লা অসি এক্টিং তৌবতা নত্তনা ফিল্মগী স্ক্রপ্ট ইবা, দিরেক্সন পীবসি য়াম্না পামজখি। অদুনা মরম ওইরগা মশামক্লা প্রদ্যুসর ওইদুনা "Swim" হায়বা শোর্ট ফিল্ম অমা পুথোকখি। ফিল্ম অদু St.Kilda Film Fesrtival গীদমক সেলেক্সন ফংদুনা শরুক য়াখি। লোয়ননা Byron Bay Film Festival দসু উৎখি।

ইসাবেল্লা চার্লি ফোর্দ কৌবা কো-এক্টর অমা ওইনা থবক তৌমিন্নবগা লোয়ননা কুমজা ২০১৫দা য়ুম্বানবগী লম্বীদা খোঙদামিন্নরকখি। মখোয় অনী হোম এন্দ অৱে (২০১৩-২০১৭) হায়বা টেলিভিজন সেরিএল অমা কুম্মিন্নবদগী খঙনরকখিবনি। অদুবু য়াম্না থুনা য়ানদবা অমদগী কুমজা ২০১৬কী ওগষ্টতা খাইদোক্ল দুনা তোঙান-তোঙান লৈনখ্রে। ইসাবেল্লা হৌজিকমক্কী ওইবা প্রোজেকট অমা হায়বা তারবদি "Playing for Keeps" হায়বা ফিল্ম অমা নল্লি। ফিল্ম অসিদা মহাক ফুটবোল প্লেয়র অমা শারি। য়াম্না নুংঙাইরিবদি কেরেক্টর অসি মঙোন্দা কাষ্ট তৌরকপদা মমিং লৈরবা ওষ্ট্রেলিয়াগী ফুটবোল প্লেয়র Russell Robertson দা হাপ্তা কয়া চংনা ফুটবোল তমখি, প্রোফেসনেল প্লেয়র অমগুম্না মহাক্কী স্পোর্টিং স্কিল অদু ফংনবা নুমিৎ খুদিংগী প্রেক্টিশ তৌখি। মদুনা মহাক্কী রোলদা য়াম্না কান্নবা ফংখি। মহাক্কী থোইদোক হেন্দোকপা অমা হায়বা তারবদি মহাক্লা ফিল্মগী ষ্টুদেন্ট অমা ওইরিঙৈ মতমদগী হৌনা শোর্ট ফিল্ম কয়া অমগী দিরেক্টর ওইখি। লোয়ননা দোক্যুমেন্টরি ফিল্ম কয়াগী কো-রাইটরসু ওইখি। মদুগী মনুংদা Chong's World হায়বা দোক্যুমেন্টরি ফিল্ম অদু St.Kilda Film Festival গীদমক সেলেক্সন ফংখি। ফিল্ম ষ্টুদেন্টশিংগীদমক্তদি শোর্ট ফিল্ম অমদি দোক্যুমেন্টরি ফিল্ম অসি য়াম্না মরু ওই। অমরোমদা হায়রবদি ফিল্ম মখল অনী অসি অরিবা অমা নত্তে। দোক্যুমেন্টরি ফিল্ম অমা পুথোক্লবা হোৎনবা হায়বসি অরায়বা থবক অমা নত্তে। ৱাখল, মতম অমদি মীৎয়েং য়াম্না চঙবা, য়াম্না সেরিয়স ওইবা ফিল্মনি অদুবু ফিল্ম ষ্টুদেন্টশিংনা খরা খুদোংচাবা হায়বা তারগদি দোক্যুমেন্টরি নৎত্রগা শোর্ট ফিল্ম পুথোকপা অসিনা হেন্না কনভিনেন্ট ওইবনা অয়াম্বনা মসিদা হান্না খোঙদাবা হৌরকখি। শোর্ট অমদি দোক্যুমেন্টরি ফিল্ম অনী অসিগী চন্নফম হৌজিক্তি অচৌ অচৌবা ফেষ্টিবেল কয়া শিন্নরে। তশেংনমকসু শোর্ট অমদি দোক্যুমেন্টরি ফিল্মসি আইদিয়া ময়াম অমনা তাশিন্দুনা শেম্বা মচং ওইবা ঙাক্তগী ফিল্মনি। ফিচর ফিল্ম অমা য়েংবদগীদি দোক্যুমেন্টরি ফিল্ম অমা নৎত্রগা শোর্ট ফিল্ম অমা য়েংবনা হেন্না ৱাখলদা নুংঙাইবা হেল্লি হায়বসি ইসাবেল্লানা চেৎনা থাজে। অদুনা হৌজিকসু মহাক্কী মঙ অসি শোর্ট ফিল্ম লেপ্তুনা পুথোকপা অমদি মহাক্লা ফোঙদোক্লিংলিবা খুদিংমক ফিল্মগী মেদিয়মদা লোইনমক হায়দোকপা পাম্মী হায়না থল্লি।



থাজবরা, থাজদবরা? *অঙকপনা থল্লবা মালেম*



- দোল্ফিনশিং অসি মমীৎ নাম্মা পাঙলগা তূম্মী।
- হূই খরদি অঙাং অমা করম্বা মতমদা ইপিলিপ্টিক সিজর তৌরক্কনি হায়না খঙবা ঙম্মী অমদি অঙাং অদুবু অশোক অপন থোক্কদবদগী ফাওবা কনবা য়াওই। মখোয় অসি অসুম্না তৌনবগীদবমক ট্রেন তৌবা নত্তে, মমাঙদা অসুম্না থোকপা থৌদোক থেংনবদা ওবজার্ব তৌদুনা তমহৌবনি।
- প্রেগ্নেন্ট ওইরবা গোল্ডফিস অসি ত্বিট কৌই।
- উচিশিং অসি অসুক্কী মতীক থুনা চাদা নাউদা শন্দোকই মদুদি, উচি অনীখক্তংনা থা ১৮ দা উচি মিল্লিয়ন অমা হেন্না চাদা নাউদা শন্দোকপা ঙম্মী।
- টাস্মানিয়া হায়রিবা আইলেন্দ অসিদা লিন মখল অহুমখক্তং লৈ, মখোয় অহুম্মক মী শিবা য়াবা হূ চেল্লি।
- গোল্ডফিস অমনা নিংশিংবা ঙম্বগী পাঙ্গল অসি শূপ্নতগী মীৎকুপ অহুমখক্তং ওই।
- শার্ক অসি মীৎ অনীমক কৃপ্পা ঙম্বা অমত্তা ঙায়রবা ঙানি।
- ইমু অমদি কঙ্গারিশিং অসি মনীং হল্লগা চৎপা ঙমদে।
- জেল্লিফিস অমগী মশা অসি চাদা ৯৫ দি ঈশিংনি।
- হিপ্পো অমনা ময়া কাথোকপা অসি অসুক্কী মতীক লাওনা কাথোকপা ঙম্মী মদুদি, মহাক্লা ময়া কারিঙৈদা ফুট ৪ ৱাংবা অঙাং অমদি ইরায় লায়না চঙবা চনগনি।
- ঐখোয়দা চীক্লিবা কাঙ অসি অমোমখক্তংনি, লাবনদি চীক্তে।

- চিক্কন পুলাও -

মচলশিং :

চিক্কন গ্রাম ২৫০ মখাগী পোৎলমশিং অসি হাপ্লগা মেরিনেসন তৌগনি : জিঞ্জর গার্লিক পেষ্ট তেবল চমচ ৩/৪, রেদ চিল্লি পাউদর মশলা, শঙ্গোম অফম্বা তেবল চম $১^১/_২$

চংগদা অতৈ মচলশিং :-

তেজবাট ১, ষ্টার এনিস ১, জীরা চমচ ১/২, লোং ৮, উশিংজা মতেক ২, ইলাইচি অচৌবা ১, চেঙ কপ ১ মখায়, থা তেবল চমচ ১মখায়-২, তিলহৌ অচৌবা ১, পানা শোইগনি, জিঞ্জর গার্লিক পেষ্ট চমচ ১, খামেন অশিনবা ১, ফদিগোম মনা খরা, ঈশিং কপ $২^১/_২$ -$২^৩/_৪$

থোংবগী মওং :

চেঙ চাম্লগা মিনট ২০ তিংলগা চিথোক্কনি

চিক্কন মেরিনেসন তৌরগা থমগনি

পাত্রদা থাও হাপ্লগা মরূ মরাংনচিংবা হাপ্লগা ঙৌথোক্কনি

তিলহৌ গ্রীন চিল্লি হাপ্লগা হায়ফেৎ ঙৌরগা জিঞ্জর গার্লিক পেষ্ট হাপ্লগা মুন্নবা ঙৌবীগনি।

মেরিনট তৌবরা চিক্কনদু মিনট ৩, ফাওবা কাহন্দনা ঙৌবীগনি। মমাঙদা খামেন অশিনবা, থুম, য়াইঙ মকুপ হাপ্লগা খামেন অশিনবদুগীদমক ঙাইহাক ঙৌগনি, নুংশিদাক অমসুং ফদিগোম মনা হাপ্লগা মিনট ২ মুক মখা তানা ঙৌগনি।

ঈশিং হাপচিনবীবা য়ারে। ঈশিং শৌরবদি থুম অমসুং চেঙ হাপ্পীগনি। মুনদ্রিফাওবা থোংবীবা য়ারে। মিনট মঙারোমদি ময়ায় ওইরপ্লা মৈশাদা থোংবীগদবনি।

সাইন্স এন্দ টেক্নোলোজি

স্পেনগী বর্সেলোনা সিটিদা কার ফ্রি ওইবা স্মার্ট সিটি শেমগৎনবগী এক্সপিরিমেন্স চথখ্রে

চাওখৎলক্লিবা মালেমগী খোঙচৎ অসিদা তোঙান-তোঙানবা লৈবাকশিংগী সিটিদা মীওইবনা চথোক চৎশিন তৌনবগী পাম্বে ওইনা কার, বস, ট্রেন অমদি চক্কা অনী পানবা ভেহিকলশিং শীজিন্নবগী চাং হেনগৎনরক্লি। অসিগুম্বা তাঙ্কক অসিদা স্পেন বৈলাক্কী মরু ওইবা সিটি অমা ওইরিবা বর্সেলোনাদা কার ফ্রি ওইবা স্মার্ট সিটি অমা শেমগৎনবগী এক্সপিরিমেন তৌখ্রে।

সিটি অদুদা কার পার্ক তৌগদবা মফমশিংগী মহুৎতা অঙাংশিংনা শান্নবা য়াবা মফম ওন্থোকখি। উ-ৱা কয়া লৈহনবগা লোয়ননা চেনবা য়াবা ট্রেক অমসু শেম্নবা হোৎনরি। সুপরব্লোক্স হায়না মিংথোনবা অনৌবা প্লান অসিনা ট্রাফিক্কী মখোল অমদি পোল্যুসন লৈহন্দবা সিটি অমা শেমগৎনবা হোৎনরকপনি। হায়রিবা প্লান অসিনা নুংশিৎতা য়াওবা হকচাং শোকপা য়াবা পোৎয়ানশিং হন্থহন্দুনা মীওই কয়াগী পুন্সি কনবা ঙমগনি হায়রি।

হৌজিক ফাওবদা বর্সেলোনা সিটিদা অসিগুম্বা সুপর ব্লোক ৬ শেমগৎপা লোইখ্রে। মখা তানা ব্লোক ১০০ সিটি অদুগী তোঙান-তোঙানবা মফমশিংদা শেমগৎনবা শেম শারি। হায়রিবা সুপর ব্লোকশিং অসিদা থৌদবা য়াদবা ভেহিকলশিং থৌবা তারবসু পুংদা কিলোমিটর ১০গী খোঙজেলদা থৌহনগদৌরি। লোয়ননা ব্লোকশিং অদুদা লৈরিবা মীওইশিং অদুগী পার্কিংগী মফমশিং অদু লৈনুংদা লৈহল্লি।

মরক অসিদা সুপর ব্লোকশিং অদুদা লৈরিবা মীওই খরগী মায়কৈদগী প্লান অদুদা য়ানিংদবা ফোঙদোকপা য়াওরি। মখোয়না মখোয়গী ভেহিকলশিং অদু বিজিনেস তৌবদা শীজিন্ননিংবা অমদি য়ুমগী হেক মমাঙদা মখোয়না শীজিন্নরিবা কারশিং অদু খাম্বা পাম্বগী মরমনি। বর্সেলোনেগী দেপ্যুতি মেয়র ফোর অরবানিজম জেনেত সান্সনা ইকুই কুইদ্রিঙৈদা বি বি সিগা ৱারী শান্নখিবা অমদা ফোঙদোকখিবদা সিটি অদুদা পব্লিক্কী ওইনা লৈরিবা মফমশিং অদুগী চাদা ৬০দি কারশিংনা কন্দুনা লৈরি। মরম অদুনা লৌখৎলক্লিবা সুপরব্লোক প্লান অমদি স্মার্ট সিটিগী এক্সপরিমেন্ট অদুনা কারশিং অদুনা কনশিন্দুনা লৈরম্বা মফমশিং অদু হাংহল্লগা মীয়ামগী ওইবা পোল্যুসন লৈতবা মফম অমা শীনবগী খোঙথাং লৌখৎপনি হায়খি।

সিটি অদুগী কম্মিস্নার ফোর দিজিটেল ইনোভেসন ওইরিবা মাইকেল দোনাল্ডসননা ফোঙদোকখিবদা টেক্নোলোজিনা মীয়ামগী কান্নবা পুরক্তুনা সিটি অদুদা লৈরিবা মীওইশিংগী পুন্সি মরেলদা হেন্না ফহন্নবগী থবক থৌরমশিং অদু পায়খৎপনি হায়খি।

মহাক্লা মখা তাখিবদা স্মার্ট সিটি অমা ওইহন্নবগী থবক থৌরমশিংদা টেক্নোলোজিনা ফনা য়াম্না খুৎমাং চাওখৎলবসু মফম অদুদা লৈরিবা মীওইশিং, মখোয়গী এক্সপরিয়েন্সশিং অমদি মখোয়গী হৈথোই শিংথোইবা অদুসু তঙাইফদনা থাক ৱাংখৎপা চঙই হায়খি।

চিঞ্জাক্লা খ্বাইদগী ফবা হীদাকনি - মোরোক চাবগী কান্নবশিং

মোরোক হায়বসি মালেমগী তোঙান তোঙানবা মফমদা লৈরিবা মীওইশিংনা চানরিবা চীঞ্জাক অমনি। মোরোক অসি মওং কয়াদা হায়বদি-মকুপ ওইনা, অকংবা ওইনা অমদি অতেকপা ওইনা চানৈ।

ঐখোয়না পাম্না চানরিবা মোরোক অসিনা হকচাংদা করি-করি কান্নবা পীবগে হায়বগী মতাংদা শল্লপ্পা পীরি।

অহিংবা, তগৎ-তগৎ তেক্লিবা, মোরোক অঙাঙবা গ্রাম ১৫ দা কেলোরি ৬, ঈশিংগী শরুক চাদা ৮৮, প্রোটিন গ্রাম ০.৩, কার্বোহাইদ্রেট গ্রাম ১.৩, চিনি গ্রাম ০.৮, ফাইবর গ্রাম ০.২, ফেট গ্রাম ০.১ অসিনচিংবশিং য়াওই।

মোরোক্তা ভিটামিন অমদি মিনরেলশিং মরাং কায়না য়াওই। মসিদা ভিটামিন সী মরাঙ কায়না য়াওই। ভিটামিন সী অসি য়াম্না অফবা এন্টিওক্সিদেন্ট অমনি, মসিনা অশোকপা ওইশিলহনবা অমদি ইম্যুন ফগৎহনবদা মতেং পাংই। বিটামিন বি৬ য়াওবা মরম্না মোরাক্লা ইনর্জি মেটাবোলিজমদা য়াম্না মরুওইবা থৌদাং লৌই। মসিদা ভিটামিন কে১সু য়াওই, বিটামিন কে১ অসি ব্লদ কোট্টিং অমদি শরু অমদি শরূ মশা ফনা থম্নবগীদমক য়াম্না মরুওই।

মোরোক্তা পোটাসিয়ম য়াওই। পোটাসিয়ম অসি চাং চানা চারবদি হার্ট দিজিজকী রিস্ক হন্থহল্লি। কোপ্পরসু মরাং কায়না য়াওই, মসিনা শরু মপাঙ্গল কলহনবা অমদি ন্যুরোন মশা ফহনবদা য়াম্না মরুওইবা থৌদাং লৌই।

অঙাঙবা মোরোক্তা বেটা কেরোটিন চাং ৱাংনা য়াওই, মসিবু হকচাংনা অমুক বিটামিন এদা ওন্থোকই। অদুবু মোরোক অসি চাবা মতমদা চাং য়াম্না চানদবা মরম্না হকচাংনা নোংমদা মতৌ তাবা পোৎলমশিং অদুদি শুনা মোরোক্তগী ফংবদি ঙমদে।

মোরোক্কী অতোপ্পা কান্নবশিং মখাদা পীরি:

প্যেন রিলিফ: মোরোক্তা য়াওরিবা মরুওইবা বাইওএক্টিব প্লান্ট কম্পাউন্ট অমা ওইরিবা কেপসেসিন অসিদা তোপ তোপ্পা প্রোপর্টি খরা য়াওরি। মখোয় অসিনা হকচাংদা চৈনা ফাওহল্লিবা প্যেন রিসেপ্টর হায়রিবা নর্ভ এন্দিংশিং অসিদা বাইন্দ তৌই। মসিনা হকচাংদা তশেংনা মৈনা পোকপগী অশোক অপনদি য়াওহন্দনা অশাবা ফাওহল্লি। অদুবু মখোয় অসি চাং য়াম্না চারবদি প্যেন রিসেপ্টরশিংবু মথৌ হন্থহন্দুনা মোরোক চাবা মতমদা অশাবা ফাওহল্লিবা এবিলিটি অদু হন্থহনখিবা য়াই।

মসিনা মরম ওইরগা প্যেন রিসেপ্টরশিং অসি এসিদ রিফ্লক্সনা থোকহনবা থজিন শাউগৎপগুম্বা অতোপ্পা মখলগী চৈনাখোলশিং ফাওবগী চাংসু হন্থহল্লি।

ষ্টদি অমদগী খঙবা ঙমখ্রে মদুদি, অঙাঙবা মোরোক গ্রাম ২.৫ অসি থজিন শাউগৎপা মীওইশিংদা নুংতিগী চয়োল ৫ রোম পীজবদা অহানবদদি শাউগৎপা অদু হেঞ্জিল্লকখি, অদুবু মতম খরা লৈরগদি অনাবা অদু ফগৎলকখি।

মোরোক চাবনা অরাম খৌরাংবা হন্থহনবগা লোয়ননা ফেট বর্ন তৌবদা মতেং পংদুনা হকচাংগী অরূম্বা হন্থহনবদা মতেং পাংই হায়বগী ইভিদেন্সশিং ফংবা লৈখ্রে হায়রি।

কান্নবা কয়া লৈরবসু মোরোক চাবগী মাঙজবা খরদি লৈতবা নত্তে।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ৫।০১।২০২০, নোংমাইজিং,
ৱাকচীংগী ১০নি পানবা।

মেষ : হরাওবা নুংঙাইবা, লম চৎপদা কান্নবা ফংবা অমদি লল্লোন ইতিক্তা চাওনা কান্নবা ফংবা নুমিৎনি। লাই-গুরুনা থোইনা চানগনি, ৱানোম্বা মায় পাক্কনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংজবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক ।

বৃষ : পূক্নিং লাংগনি, মীয়াম্না চানগনি অমদি নাইতোম লৈবদা নুংঙাইবা ৱাৎকনি। খুৎচাও থাবা য়ারোই অমদি নাইতোম অরুবা ৱারেপ লৌগনু। ঈংথবা ফৈ।
লৈশা পাখংশিংগী - মরী ফনা লৈগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

মিথুন : লল্লোন ইতিক কান্নগনি, লন-থুম লেপশিনবসু ফৈ। পাংগে খনবা অফবা থবক্তি থৌনা ফুদোক্লা পাংহৌরো-মায় পাক্কনি। মরম চাদনদি ইচং থৌগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংজবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

কর্কট : অশাওবা থাদোকপা ঙল্লদি মায় পাক্তবা অমমুক লৈররোই। অনীংবা থবক পাংগনি, ৱাখলগী পাঙ্গল য়াম্না লৈ অমদি মীনা য়াম্না লূম্না লৌবিবা নুমিৎনি।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

সিংহ : পংলাং লাংবা য়াদে মরমদি মীয়ামগা মরী ফবা ৱাৎলি অমদি অরিবা থবক খরা পনগনি। অদুবু পাউদি নুংঙাইবা তাগনি অমদি অচুম্বনা মায় পাক্কনি।
লৈশা পাখংশিংগী - য়াকা য়েংনা চৎপা ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

কন্যা : নথক থোংবনা চানগনি, লেংদবা লন ফংবগী নুংঙাইবা লৈগনি, অফবা মফম ফংগনি। থৌনা লৈনা থৌ পাংবা য়াগনি। অনম কল্লদি মরুপ কাইননি।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংবদি মপা চারোই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

তুলা : নীংবা থুংগনি, অনৌবা থৌরম পাংবসু মায় পাক্কনি অমদি নথক থোংবনা চানবীগনি। ঙাঙবা শকপা হৈগনি অমদি অরং অরাক ফংবগুম নুংঙাইগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবা ফংজৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

বৃশ্চিক : লল্লোন ইতিক য়াম্না কান্নগনি, লৌশিং চাওবনা লন চাওখৎনবা হৌবা থবক খুদিং শোইদনা মায় পাক্কনি। নচা-ননাইগী লম্দা নুংঙাইবা ফংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক ফরনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

ধনু : কোক শাবা খরা লৈরসু মীয়াম্না চানগনি, য়েক্লবা হন্থরনি অমদি মীঙোন্দা লৈখিবা শেল-থুম ফংবা য়াবা লৈরে। মহু চাওবনা ইমুংদা য়েংশিনবদি লৈগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - লান্না খনদবা ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

মকর : অনম তানবনা চাদিং হেনগনি অমদি পাইরক্কী লৌশিং খরা শোনগনি। অদুবু পাঙ্গল থৌনা ফুদোকপনা ওইজ ওইথক্তি ফংগনি, লাই-গুরুনা চানগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - মতম মাঙবনা হেল্লি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

কুম্ভ : লম্ খুদিংদা মায় পাক্কনি, য়েক্লবসু ময়েং তারে অমদি নক্লবগী মতেংনা অরুবা থবক পাংবা ঙমজগনি। ফমথোল ফংবগুম নুংঙাইবা ফংজৌ হায়বা লৈ।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

মিন : মরুপ-মপাংগা ৱাখল তানদবা খরা লৈরসু থিবা হুম্বা কনবা অমদি খাংবা কনবনা অরুবা থবক ফাওবা পাংগনি, শেল-থুম ফংগনি। অখঙ অহৈদি শাগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - মীনা ইশিনবা লৌগনু।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।