ইথোরকপদা চঙখোনবা, ঙাংথোরকপদা তানিংবা, মীৎয়েং শানবা, লমদমসিগী তাঙলবা মনি ওইরম্বা চনা লুখোইনা লৈখিদবদা মোংলকপা খরদং

- নানি

"চীংমী-তম্মী অয়াম্বনা খঙনরবা মোইরাং কংলৈরোলদা, খম্বা-থোইবীগী ৱারীদগী থাংজিং চীংজাওদা তোংবা সলাং মাইবা লৌথোকখিবদা মোইরাং কংলৈরোল মপুং ফারোই। অসুম্না মতম অমদা চীং-তম অনী নুংশিননা পানমিন্নরম্বা, কংলাদা মেরা হৌচোংবনচিংবা থৌরম কয়া পাঙথোক্লুনা চহী খূদিংগী চীংমী-তম্মী পুন্না উনদুনা হরাও-নুংঙাই ৱারী কয়া লীনদুনা পানমিন্নরম্বদু পামহৈবা নিংথৌনা পাল্লবা মতমদা মৈতৈশিংনা রমান্দি লাইনিং লৌদুনা য়েক তরেৎপু গোত্র মাপলদা ওন্থোকখিবদগী মপান লমদগী হুন্নকপা চৈফুনা চীংমী-তম্মী অনীগী মরক্তা পল অমা খাখি.... ঐখোয় ইশেল য়েংথিনবদগী লৈতুম হুন্নদুনা লৈরবদি মপান লমগী মীওইশিংনা খুদোংচাবা লৌদুনা ঐখোয়গী ইরৈপাক অসি মখোয়গী মখূত্তা তাখিগনি অদুনা থায়নাগী মথৌনা ফরবা, থম্মোয় শেংবা ইপা-ইপুশিং অদুনা নুংশিনা লৈমিন্নরম্মী ৱাখল অদু নীংশিংদুনা ঐখোয় নুংশিননা লৈমিন্নসি। ঐখোয়গী ইরক্তা খারিবা খেন্নবগী শম্বল অসি লৌথোক্লসি" (ঈগী নোং, লমায় ২৪-২৫)।

মমিং লৈরবা অইবা অসিনা ইহান হানবা ওইনা ইখিবা লীলাসি "ঈগী নোং" হায়বা ১৯৭০দা ইদুনা এন ঈ দি ওনা শান্নখিবা য়াম্না মমিং চৎখিবা, লৈকায়-খুঙ্গং অয়াম্বদা চেরিটি সো ওইনা মশীং নাইদনা শান্নখিবা লীলা অমনি। লীলা অদু ইখিবা কুম অদুৱাইসি মণিপুরদা নহাশিংগী পেন্দবগী ঈহৌনা খম থেংনা ৱামৈগুম্না চাকখৎলকপা মতম ওইখি। লীলাসি ইবগীদমক অইবা চনা লুখোই আর্মিনা ফাদুনা চৈফু-চৈথেং কয়া পীখি। লীলা অদু শান্নবা থিংখি। কোন্না অমুক লীলাদুগী মমিং "ইপাগী ইবুংঙো" হায়না ওল্লগা অমুক হন্না শান্নরকখি। অহানবা থোরকপদা অইবা অসিগী মমিং অমদি মহাক্কী মফোঙদোক অদু য়াম্না মমিং চৎখি।

অইবা চনা লুখোইনা তাইবং ফাওরকখিবা অসি ১৯৫০গী এপ্রিল ১০দনি। মণিপুরনা ইন্দিয়াগী ফিবালদা তীনশিনখিবা মতমদা খোইজি মিহুল তল্লগা ১৯৫০দা পোল্লকপনি। মতমসিদা লমদমসিগী মচি-মরুমদা য়াম্না চরাংনবা, পেন্দবা, উংখৎনবা কয়া অমা কন্না থোরকপা হৌখি। ১৯৬০ য়ৌরকপদদি অদুগুম্বা মর্জর এগ্রীমেন্ট অদুগী মায়োক্তা ঈহৌ হৌবা নহাশিং থোরকপা হৌরকখিবদুনা ঙসি ফাওবা লাকশিনবা ঙমদনা লৈরল্লিবা অসিনি। মসিগী ওমখৎলিবা কয়াশিং অসিনা য়ৈরকপদা অইবা অসিগী ৱাখলদা সোশল মিলিয়ু, সোশল এনভাইরনমেন্ট, সোশল কন্টেক্সট অমদি সোসিও-কলচরেল কন্টেক্সট কয়াগী ময়োল চোংহন্দুনা লীলা কয়া ইরক্লবগী মরম ওইখিব্রা হায়না খনবসি চুমগনি খল্লি। অইবা অসিনা মতিং লৈনা লীলা কয়া মথং-মথং ইরকপশিংগী মনুংদা 'জোরো নম্বর সেভেন' হায়বা অসিসু অথিংবা থমখিবা, মমিং নীংথিনা চৎখিবা প্লে অমনি।

মতম-মতমগী ওইবা ইস্যু/প্রোব্লেম/হ্যুমেন সাইকোলোজি/বিহেভিওরেল চেঞ্জ কয়া অসিদা খুন্নাই পূন্সিরোল অসিদা হোংলক্লিবা কয়াসিনা মপুং ওইনা য়েংলগা ৱারী কয়া শাগত্তুনা মমিং লৈরবা লীলা কয়া অমা ইবীরম্মী। ওজা চনা লুখোইগী লীলাশিং মপুং ওইনা নোর্থ ইম্ফাল মণিপুর যাত্রা মন্দল অমদি নহারোল খোঙথাং আর্টিষ্ট এসোসিএশননা খরা নম্না হেন্না শান্নখি। অতৈ এসোসিএশন কয়ানসু য়াম্না শান্নখি, অদুবু পরিং ওইনা শান্নখিবদি মথক্তা পঞ্জরিবা অনী অসিনা মশীং হেন্না শান্নখি। ৱারেংজ রিবা ইশামক অনীশুবা পঞ্জরিবা অসিগী থৌপু অমা ওইনা ওজাগী লীলা মশীং নাইদনা শান্নখি। মমিং খরদং ঐনা নীংশিংজবশিং পঞ্জবা তারবদা- *শরাক তমখ্রবী, শংবান্নবা অতিয়া, শজিবুগী নোংলৈ, থৱায়গী মমল, অপাইবা লৈচিল, মাইবী পাখঙ, নুঙ্গাইরক্কী ঈচেল, মন্ত্রি বঙ্গলো, শম্বল, ইঙাগী নোংজু, নোংজুগী থাবল, খোল্লাং লমন, লভ ২০০০, মিস শংবান্নবী, কৈশামথোং থোইবী* অসিনচিংবা কয়া অসিনি।

অতোপ্পা লীলাগী কাঙবুনা শান্নবা মখল কয়া অমসু লৈখ্রে। নীংশিংবা খরা পল্লবদা- *ঈগী নোং, সনা পাৎকী থারিকথা, হিংবগী দাবী, ঈপাম মৈহৌরে, মোংফমনা ঐবু কৌরক্লে, সনাগী তেনৱা, ঈপাম লমদম য়েংলুবদা, লীলা ইবা লোইদ্রি, চাইনপুং, নুমিৎ কাপ্পা, তিঙ্গাংকোক, কৈদৌঙৈ হিংগনি, চীংয়াগী থাবল, অহিংনা ঙাইরি, য়োৎকী কোল্লু, নোংঙানখিদ্রবা অহিং, খেবা চীংগী নাপোমদা, কংলৈপাক্তা ১৭০৯, চরৈ হূইমদোল লৈমা* অসিনচিংবা খরা অসিনি। য়ামখ্রবা লীলানি, লোইনমক নীংশিংবা ঙমদে। লীলাশিং অসি নুপী লীলাগী কাঙবুনসু ফনা য়াম্না শান্নখি। ঐ ইশামক্না দিরেক্সন পীখিবা লীলা কয়া অমসু য়াওরি। বেষ্ট দিরেক্তর, সেকেন্দ বেষ্ট দিরেক্তরগী মনাসু ঐনা ফংখিবা কয়া অমা লৈখ্রে।

লীলা ইবা হায়বসিমক্তবু ৱাখলদা ইনিংবা ফাওরক্লবদি পাক-পাক ইবা ঙমদে। ইবা হৌরুরবসু লোইশিনবা ৱাই। অদুগী মথক্তা ওজা লুখোইদি মথৌ য়াম্না চিনবা মীশক অমসু ওইখি। মৈতৈ পুয়া ৱারী লীবা অমা ওইনা মীয়াম্না য়াম্না পাম্না তান্নৈ। অদুনা মণিপুরগী মফম কয়াদা কোয়না চত্তুনা ৱারী লীখি। মণিপুরগী মনুং খক্তদা নত্তনা ষ্টেট ৱাংমদসু চত্তুনা ৱারী লীবগী থৌরম কয়া পাঙথোকখি। অদুনা হেক শংবদা মহাক্কীদি ইবা হায়বা অসিনি।

ইবা হায়বসিদা শুমাং লীলা খক্তা নত্তে ইরিবসি। রেদিও প্লে, অয়ুক্কী পাউচেগী কলম, মতম-মতমগী ৱারেংনচিংবা চেফোঙ কয়াদা ফোঙনবসু লেপ্তুনা ইরিবনি। অদুনা অশংবা মতম হায়বা লৈতে। অসুক য়াম্না ইবা ঙম্বা, হৌগত্তনা অদুম ফল্লগা ইবদা নুমিৎ তাবা খঙদবা মীশকশিং লৈরমগনি। মখোয়দুগী মরক অদুদা ওজা লুখোইসু অমনি হায়বসি হকথেংনহৌবা অমা ওইনা খঞ্জে। মসিদা নত্তনা ৱারী তন্বীবগী থবকসু কন্না চথরম্মী। অদুনা মহৈরোয়শিং ওজাগী নাক্তা লাক্লুনা তম্লে। হায়রিবশিং অসিগী মতম অমা মেনেজ নীংথিনা তৌরগা ওজাগী শিক্ষাশিং অসি অমত্তা শোয়দনা পাঙবীরম্মী। লাইরিক কয়া অমা ফোঙবীরম্মী। হৌজিকসু অইবা মেন্যুস্ক্রিপ্ট ওইনা মৈতৈ পুয়াদগী হৌরগা মখল কয়াগী নৈন-ৱারী, লীলা ফোঙগদবা কয়া অমা লৈরি।

অইবা ওজা চনা লুখোই, লমদম অসিবু থম্মোয় শেংনা নুংশিজবা নেশনেলিষ্ট অমনি হায়বসিমদি তশেংনা চুম্মী। হৌরক্লিবা নহা কয়াদা লমদমসিগী ওইবা ইপা-ইপুশিংনা খোঙফম চেৎনা লেপখিবা ফিরেপ কয়া অদু ৱারী ওইনা লীদুনা, লীলা ওইনা ইথোক্তুনা অমদি ৱারী-ৱাতাই ওইনা পাউদমদুনা মচঙ ওইবা কয়া অমা থন্বীরমখি। খূৎলায় পায়দুনা লান থেংনরিবা ঙাক্তনা মরৈবাক নীংবা নত্তে। ইমা লৈবাক্কীদমক ঐখোয় খুদিংমক্না করি-করি তৌবা য়াবগে হায়বদু মহাক্কী থৌওং কয়ানা তাক্লম্মী। মৈতৈ ফুরুপনা হৌরকপদগী হৌনা লাই-তীনগা শাগোন্নরম্বদগী হৌরগা ঐখোয়গী চৎনলোন, পূন্সিরোল, হৌরক্লোন কয়াগী নুংওল্লবা ৱারী কয়া লীদুনা তাহনবীরমখি। পুয়া ৱারী লীবদা ইতোপ তোপ্পা অনৌবা মহাও অমা পীবা ঙম্বা মীশক অমা ওইখি। মহাক্কী ৱারী লীবগী মওং-মতৌ কনাগুম্বা অমনা পাক নকশিন্না লীবা ঙল্লোই। মশাদা পীথোরকপা অমগা লোয়ননা লীবনি। ৱারী লীবদা য়াওরিবা মচাকশিং শুপ্পগী ৱারী অদুতা নত্তনা অনৌবা মহাও অমা পীনবা হোৎনবদা মখল কয়াগী দিভাইসশিং য়াম্না হৈ-শিংনা শীজিন্নবা অতাঙবা মীশক অমা ওইখি। ইমোশনল সেন্সেশন মফম চানা, মতাং চানা শীজিন্নৈ। মমিৎতগী মপি তানা ৱারী লীবা ঙম্মী। শাউদোরকপদা অতাবশিংগী থম্মোয় নীকপা ঙম্মী। নুংশিরকপদা অতাবশিংগী পূক্নিং খোনবা ঙমখিবা মীশক অমনি। ঙসি ফাওবদা মহাক্কী মহুৎ শীন্নবা লৈত্রি হায়না হায়নরিবা মৈতৈ পুয়া ৱারী লীবা অমা ওইরমখিবনি।

অসুক তাঙলবা, মাইথোং য়াম্বা, ৱাখল চরোং নাইবা, মীৎয়েং শানবা, লোইজি-লোয়াগী পূন্সিবু ময়োল লমগী মীয়ামগী পূন্সিরোলদা পুখত্তুনা থোং মান্নবা চাওখৎ মায়কৈ অমগী পোইরৈ য়েংনবা কন্নবা হোৎনখিবা মীশক অমনা ইখঙ খঙহৌদনা মশাগী অনাবা অমনা মরম ওইদুনা ঐখোয় খুদিংগী ইরক্তগী শেত্তুনা পুখিবা অসিমক্তি য়াম্না নুংঙাইতবা অমা ওইনা হক্তুনা অসুম মতম চুপ্পগী ওইনা লেঙদনা লৈহৌরগনি।

নহাশিংগী অখন্নবা কাখল : - নহা ফাল

'ঐ ঙসি নুমিদাংসিমত্তং চখোক্লুগে, হয়েং অয়ুক ঙন্না হঞ্জরক্কে য়াগদ্রা?' থাবল্লৈমা

লানগী চৈথেং মরক্তা মণিপুরী ফিল্ম কয়া অমসু শেল মাঙবা তোংবা থিদনা পুথোক্লরক্লি। অসিগুম্বা ফিল্মশিং অসিগী তোঙান তোঙানবা ৱারীশিংনা মীয়ামদা মখল মখা কয়াগী পাউজেল পীদবা নত্তে। কনাগুম্বশিংনা হায়নৈ, 'মণিপুরী ফিল্মশিং অসিদি ৱারী ইমান মান্নবনা য়েংনিংদ্রে'। অমরোমদনা তোঙানবা ফিল্ম পুথোক্লগনা অমুক য়েংবীনবা লৈত্রি। মণিপুরী ফিল্মগী ওদিয়েন্সশিং অসি ঐখোয়না মখল অনী থোক্না খায়দোকপা য়াই মদুদি, অহল্লোন অমদি নহারোল হায়বসিনি। অহলশিং হায়বদি মৌনহা, অহল ওইরবা ওইরবী কয়ানদি ফেমিলি দ্রামাগী ওইবা ফিল্মশিং অসি অদুম্মক পাম্না য়েংনরি। অদুগা নহা ওইবা কয়ানদি অমুক অনৌবা মখলগী এক্সন, এনিমেশন, রোমান্টিক ফিল্মশিংদনা হেন্না পাম্না য়েংনরি। মরম অসিনা ওদিয়েন্সশিং অসিনা মানা-মানা পামগদবা মখলগী ফিল্মশিং য়েংহনবা মথৌ তারকই। খুদম ওইনা নিঙোল চাক্কৌবা নুমিত্তা অহল-লমন অমদি মৌনহাশিংনা য়েংবদা নুংঙাইবা ফেমিলি প্লে অমা উৎপগী মহুত্তা ক্রাইম অমা, এক্সন ফিল্ম অমা উৎশিল্লুরবদি ফিল্ম অদুনা ফনা ফজরল্লবসু নুমিৎ অদুগী ওদিয়েন্সশিং ওন্নবনিনা ফিল্মদু ফজদে হায়রকপা মশানা তাবনি। মরম অসিনা ফিল্ম মেকরশিংনা মখোয়গী ফিল্ম অদুগী টার্গেট ওদিয়েন্স অসি ময়েক শেংনা খঙলগা ফিল্ম নম্বা চঙই।

হন্দক্তা কুমজা ২০২৪গী অরোইবা বাই-বাই নুমিৎ দিসেম্বর ৩১দা প্রেস সো উৎখ্রবা ফিল্ম 'য়াহৌ থেংবা খোইমু' হায়রিবা অসিনা মীয়ামদা তোঙান তোঙানবা পাউজেল কয়া পীরি। ফিল্ম অসিনা নুপী ওইবীশিংনা ঙন্না যূম পাল্লুবগী মাঙজবা, অমগা অমগা মশক মুন্না খঙনরগা পূকচেল-খোয়জেল তীন্নবা যূম পানবা নত্তবা, অহল-লমননা শীনবীবদা য়ারে হায়না লৈমিন্নরকপশিংগী মরক্তসু তুংদা অকায়বা কয়া লাকই হায়বনচিংবা ফিল্ম অসিগী অইবী ডা. আর কে নয়নস্নানা ময়েক শেংনা উৎলি। ফিল্ম অসিদা নুপা-নুপী অনীগী খেন্নবা অমদি নুপী ওইবীশিংনা মপুরোইবগীদমক কদায় ফাওবা কখোকপা ঙন্বগে অমদি কয়া য়াম্না নীংজবগে হায়বদুসু নীংথিনা উবা ফংই। 'য়াহৌ থেংবা খোইমু' হায়রিবা ফিল্ম অসিগী স্ক্রিপ্ট রাইটর অমদি প্রদ্যুসরসু ওইরিবী ডা. আর কে নয়নস্নানা ফোঙদোরকপদা, ফিল্ম অসি নুপীগী রাইটস কন্নবগী ৱাফম নত্তে, কন্ননবা হোৎনরিবা কনাগী ৱারীসু নত্তে, নুপী ওইবীগী ঈকায় খুম্নবা অদুখক্লি উৎনিংলিবসি। খুঙ্গংদগী হৌরকপী থাবল্লৈমদু ইম্ফালগী থাবলদা লৈশাৎ তমজরবসু লাইগী খুয়াদি য়ৌঙমদে। মৈতৈ চনুগী ফিদম্লিংঙাই ওইরবা মশক ঙাক্তুনা থম্বা মথৌ তাই হায়বা খন্থহনবা চঙই। খোর্জেং শুবী কনাগী থম্মোয়গী ৱা অসিমদি নাথৈদুনা থম্বা ওইথোক্তে। মীনা মীবু নুংশিবা, নুপা-নুপী নুংশিনবা, মীনুংশি অসিনচিংবা মচু শংলবা মালেমগী কাচিন-কোয়াদা কদায়দবু ফংগদগে অশেংবা নুংশিবা। মপুরোইবগী মফমদা মশাগী নুংশিবা পূম্নমক কখোকখ্রবী অমগী মপুরোইবনা অতোপ্পা কনাগুম্বী অমদা নুংশিবা পূম্নমক অমুক কখোকখ্রবদা খুঙ্গং চনু থাবল্লৈমগী ৱাহংদি 'ঐ ঙসি নুমিদাংসিমত্তং চখোক্লুগে, হয়েং অয়ুক ঙন্না হঞ্জরক্কে য়াগদ্রা?' মসিনি। মসিদা মপুরোইবনা য়ারোই হায়না খুল্লকপদা থাবল্লৈমনা খুমখি- 'ঐদি য়ানি, তামোনা ঙসি হায়বীরকপসে ঐদি য়াই থাজৌ'। মহাক্কী থনুংদগী থোক্লকপা ৱাহৈশিং অসিগা লোয়ননা মহাক্কী শৈরেংশিং ইরম্বা চেনাশিং অদুদি ইচাই চাইথোকখ্রে।

ফিল্মসিগী দিরেক্তর রাকেশ নাওরেমনা ফোঙদোরকপদা, হৌজিক্কী মতমসিদা খুন্নাই অসিগী হৌরক্লিবা নুপামচা অমদি নুপীমচাশিংনা মমা-মপা ওইবশিংনা হায়বদা হে থোংবনা অয়াম্বনি। অহল-লমনশিংগী চিন্থক্তা ওনখত্তুনা খুম্বা অমদি চহী নৌনা যূম পানবনা মখোয়গী পূন্সি অমসুং খুন্নাইদা পীরিবা চৈথেংশিং অদু ফিল্ম অসিদা উৎনবা হোৎনবনি। নাকল অমরোমদা, যূম্বানমিন্নরিবা নুপা-নুপী অনীগী মরক্তা লৈনগদবা নুংশিনবগী মরী অসি হেক মাঙখিবদা যূম অদুদা নত্তনা খুন্নাই অসিদা ৱাথোক-লান্থোক কয়ামরুম থোকহল্লকই। অমরোমদা, মচা লৈরবা নুপাশিংনা কনাগুম্বা অতোপ্পী নুপী অমদা নুংশিবগী মতৌ উৎলুবনা যূম্বান লন্বীদা কয়া য়াম্না কাইথরকপগে হায়বসিমসু ফিল্মসিদা মরু ওইবা পাউজেল অমা ওইনা পীননবা হোৎনরি। ফিল্ম অসিদা মণিপুরী খুন্নাইগী নাৎকী ওইবা লাইনিং-লাইশোল, চৎনবীশিং মতাং চানা চানা হাপ্তুনা মণিপুরীনেস ওইবা ফিল্ম অমগী মশক ওইহন্নবা এষ্টেটিক ভেল্যুশিং য়াওহন্নবা হোৎনৈ। ফিল্মসি হৌখিবা দিসেম্বর ৩১দা প্রেস সো উৎখ্রে। অদুবু মখা তারকপা ওইনা থা অসিগী ৯দা মণিপুরী ষ্টেট ফিল্ম দিভেলপমেন্ট সোসাইটি (এম এস এফ দি এস)দা প্রেমিয়র সো উৎলগনি। মসিদসু মীয়াম পুন্না মীৎয়েং তামিন্নদুনা ফিল্মসিগী অফ-ফত্ত অমুক হন্না পুন্না য়েংমিন্নদুনা খন্নমিন্নসি হায়না ফোঙদোরকখি।

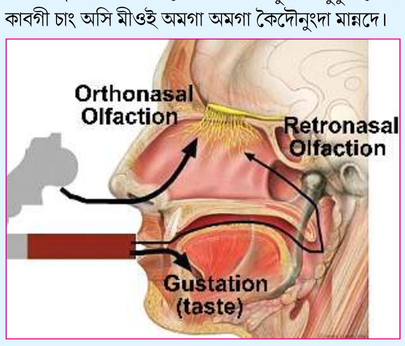
রাকেশ নাওরেম মণিপুরী ফিল্মগী তাইবংদা নৌনা খোঙদারক্লিবা প্রদ্যুসর, দিরেক্তর অমা ওইরবসু ফিরাল মমায় চুল্লক্লিবা মীশক অমনি। মহাক্না ফিচর ফিল্মদা নত্তনা সোর্ট ফিল্ম কয়াদসু খুৎ থাখিবা লৈখ্রে। লোয়ননা মহাক্না দিরেক্সন পীদুনা পুথোকখিবা সোর্ট ফিল্মশিংদা নেশনলগী থাক্তা মনা-মথুম ফংলকপা লৈখ্রে। মহাক্না মণিপুরী ফিল্মগী তাইবংদা মখল মথেলগী চাংয়েং কয়া পাঙথোরক্লিবা অসি পূক্নিং থৌগৎনিংঙাই ওই। হোংলক্লিবা মতমগী ঈচেল অসিগা চুনবা ফিল্ম কয়াসু মখা তানা পুথোরকখিবা ওইসনু।

হেমচান্দ নিংথৌজম

হঙ্গামনা নাতোন কারিবগী মরম করিগীনো?

হঙ্গাম অমদি মরূদা য়াম্না ভোলেটাইল ওইবা থাউ মখল (এলিল আইসোথাইওসাইনাইদ হায়বদি মচু লৈতবা মহৌশানা পুথোকপা থাউ মখল অমা মরু ওইনা হঙ্গাম, হোর্সরেদিস, মুলাদা ফংবা মহাও মখল অমা) য়াওই। মসিনা ঐখোয়গী নজাল কেভিটিদা ইরায় লায়না চঙলকপা ঙম্মী। হায়রিবা নজাল কেভিটিগী মনাক নক্না ত্রাইগেমিনেল নর্ভশিং (ক্রেনিয়েল নর্ভসকী জুরা অমা মদুনা ব্রেনদগী মায়দা পাউ ফাওনহল্লিবা, সেন্সরি অমসুং মোটোর ফঙ্কসনশিং মথৌ তৌহনবা) কুংশিন্না লৈ। হায়রিবা নর্ভশিং অসি কেমিকেলশিংদা য়াম্না সেন্সিটিভ ওই অমসুং মখোয়গী সিগনেলশিং অদু ব্রেন ফাওদুনা চৎলি। লোয়ননা মদুনা চাকথেকপা, নাতোন্দা নুংঙাইহন্দবশিং হঙ্গাম চাবা মতমদা থোকহল্লি।

ওলফেক্টরি হায়না খঙনবা নাতোনগী অপীকপা শরুক খরদা মনম তুংদুনা লৈবা নৎত্রগা ফাওদুনা চৎখিবা অমদি ত্রাইগেমিনেল পেইন ফাইবরশিংগী মকু য়াওদবা শরুকশিং ওলফেক্টরি ম্যুকস মেম্ব্রেনদসু ফংই। মসিনা মরম ওইরগা ওলফেক্টরি নর্ভশিংগী অরোইবা শরুক্তা ঐখোয়গী নুংঙাইহন্দবা সবষ্টেন্সশিং ষ্টিম্যুলেট তৌহল্লি। শম্না হায়রবদা পেপরমিন্ট, মেন্থল, ক্লোরিন অমসুং মীওই খরগী ওইনা হঙ্গামদা অসিগুম্বা নুংঙাইহন্দবা মচাকশিং অসি য়াওই। অদুবু মী অমগা মী অমগগী মরক্তা অসিগুম্বা পোৎশকশিং চাবা মতমদা নুংঙাইতবা থোকহনবগী চাং খেন্নৈ (হঙ্গাম য়াওবা মচল চাবা মতমদা মীপুম খূদিংমক্তা চপ মান্নবা নাতোন কাহন্দে)। অসিগুম্বা থৌওং অসিনা হাকথি খনবা, মীৎ চোৎ-চোৎ লাউহনবা অমদি নাতোন্দা নুংঙাইতবা থৌওংশিং থোকহল্লি। হঙ্গামনা অসিগুম্বা থৌওং থোকহনবা অসি মথক্তা পনখ্রিবা নর্ভ মখল অদুখক্তা নত্তে। উনসাদা য়াওরিবা নর্ভশিংসু হঙ্গাম থাউনা এফেক্ট তৌহনবা ঙম্মী। মসিনা মরম ওইরগা ঙল্লিঙৈ মতমদগী হৌরগা হঙ্গামবু ঈরুজবা মতমদা মরু ওইবা মচল অমা ওইনা শীজিন্নদুনা লাক্লি। ঐখোয়গী লমদমসিদা হায়রগনা হঙ্গাম অচার হায়বদি হঙ্গাম মরূনা শেম্বা অচারশিং চাবা মতমদা নাতোন কারিবা অদুনি। অদুবু নাতোন কাবগী চাং অসি মীওই অমগা অমগা কৈদৌনুংদা মান্নদে।



(সিন্দিকেট ন্যুজদগী লৌথোকচবা)

[illegible]

ওল ইন্দিয়াগী মীটিং য়াওরুনবা লৈঙাক্কী ইমপ্লোয়ীশিংগী মীহুৎ ৫ ইম্ফাল থাদোকখ্রে

ইম্ফাল, জন্যুৱারী ০৪ (ঐচএন এস): ওল ইন্দিয়া ষ্টেট গভর্ণমেন্ট ইমপ্লোয়িজ কনফিদরেশন (এ আই এস জি ঈ সী), মণিপুরগী মীহুৎ মঙা কোলকটাগী ভুপেস গুপ্তা ভবনদা পাঙথোক্কদবা ওল ইন্দিয়াগী মীফমদা শরুক য়ারুনবগীদমক ঙসি ইম্ফাল থাদোকখ্রে হায়না এ আই এস জি ঈ সীগী ষ্টেট সেক্রেটরি ডা. ঈ গিরানিগী চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

চেরোলসিনা মখা তারদুনা, ঙসি ইম্ফাল থাদোকখিবা মীহুৎশিং অদু এ আই এস জি ঈ সী, মণিপুরগী প্রসিদেন্ট মাইস্নাম জয়কুমারনা লুচিংখি। লোয়ননা নেশনল এগজি ক্যুটিভ মেম্বর টি ঐচ অনিতা অমসুং নেশনল কাউন্সীল মেম্বর আর কে হেমাবতিনচিংবা য়াওনা দেলিগেট মঙানা শরুক য়াখি। মীহুৎশিং অসিনা মণিপুরগী গভর্ণমেন্ট ইমপ্লোয়ীশিং অমদি ওজা কম্যুনিটি কয়ানা থেংনরিবা প্রোব্লেম কয়াগী মরমদা রিপোর্ট থল্লুগনি। লোয়ননা রেগুল্যলর ইমপ্লোয়ীজ লৌবগী মহুত্তা কন্ট্রেক্টচ্যুএলাইজেশন প্রোসেস চথদুনা ঙাইহাক-ঙাইহাক্কী অনেকপা মীগুম্না শীজিন্নবা অসিগুম্না লৈঙাক্কী থবক থৌরম কয়াদা অৱাৎপা, অহোবা কয়া লৈরকপা অমদি মহৈ-মশিং হৈরবা নহা কয়াবু কাঞ্জথাং ওন্থোকপীরক্লিবা, হ্যুমেন ভেল্যু লৈরক্তবা অসিনচিংবশিংসি কোক্র নবা কনফিদরেশননা সিভিল সর্ভিস সিষ্টেম মুখত্তনা নীংথিনা হিঙ্গৎহন্নবা দিমান্দগী মখাদা মণিপুরগী দেলিগেশননসু শৌগৎলুগনি। মসিগা লোয়ননা ওল্দ পেন্সন স্কিম মুখৎপা য়ারোই, এন পি এসপু ও পি এসনা মহুৎ শীনগদবনি অমসুং যুনিয়ন গভর্ণমেন্টনা পেন্সন সিষ্টেম অমমুক হৌদোরক্লিবা অসিসু য়াবা ঙল্লোই। মণিপুরদা ন্যু পেন্সন স্কিম চৎনবা হৌরকপদগী ইমপ্লোয়ীশিং অমদি ওজা কয়ানা থেংনরিবা অৱাবশিংসু খঙহল্লমগনি হায়রি। ইন্দিয়াগী থাক্তা ফম্বা মীফমসিগী খুদোংচাবা লৌদুনা মণিপুরদা থোক্লিবা ৱাথোকসিগী মতাংদসু খঙহল্লমগনি হায়রি।

য়াইমা লৈখিদবদা এম পি পিনা অৱাবা ফোঙদোকখ্রে

ইম্ফাল, জন্যুৱারী ০৪ (ঐচএন এস): ঙসি মণিপুর পিপলস পার্টি (এম পি পি)গী মতম শাংনা সেন্ত্রেল কম্মিটিগী মেম্বর ওইরম্বা অমদি টর্ম অনী পার্টিগী ওদিটর ওইরম্বা অঙোম য়াইমনা মোংশাঙ্গৈদা লৈবা মশাগী যূমদা লৈখিদবদা পার্টি অসিনা অৱাবা ফোঙদোকখ্রে হায়না এম পি পিগী জেনরেল সেক্রেটরি (মীদিয়া) এন মঙ্গোলগী চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

ঙসি পার্টি অসিগী প্রসিদেন্ট এস ব্রোজেননা লুচিংদুনা পার্টি অসিগী সিনিয়র লিদরশিং অমদি থৌমীশিংগা লোয়ননা পার্টিসিগী ওফিসতা অৱাবা ফোঙদোকপগী মীফম অমা পাঙথোকখি। মীফম অদুদা লৈখিদ্রববু ঈকায় খুম্নবা উৎপগা লোয়ননা মিনট অনী তুমীন্না লেপ্তুনা লৈখিদ্রবগী থৱায়বু তাইবং মপুগী লৈকোলদা ঈংনা চিক্না লৈহনবীনবগীদমক্তা থৌনিজখিবগা লোয়ননা লৈখিদ্রবগী ইমুং-মনুংগী অৱাবদসু শরুক য়াখি হায়রি।

রূপমহল থিয়েটরনা অৱাবা ফোঙদোকখ্রে

ইম্ফাল, জন্যুৱারী ০৪ (ঐচএন এস): রূপমহল থিয়েটর, ইম্ফালগী সিনিয়র মেম্বর ওইরম্বা থিয়াম গুনিন্দ্রো (শামু)না ঙসি তাইবংপান থাদোকখিবদা থিয়েটর অসিগী মেম্বরশিংনা অৱাবা ফোঙদোকখ্রে হায়না রূপমহল থিয়েটরগী সেক্রেটরি ঐচ অচৌবগী চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

ঙসি নুংথিল পুং ২ তাবদা রূপহমল থিয়েটরগী ভাইস চেয়রমেন এল ব্রজমোহোননা ময়াই তাংবল লৌদুনা পাঙথোকখিবা অৱাবা ফোঙদোকপগী মীফম অদুদা শরুক য়াখিবা আর্টিষ্ট অমদি মেম্বরশিংনা মিনট অনী তুমীন্না লেপ্তুনা অৱাবা ফোঙদোকখি। লোয়ননা লৈখিদ্রবগী থৱায় মিরেলবু তাইবং মপুগী খুয়াখাদা ঈংনা চিক্না লৈহনবীনবগীদমক তাইবং মপুগী মফমদা থৌনিজখি। লোয়ননা লৈখিদ্রবগী ইমুং-মনুংনা নংহৌরিবা অৱাবদসু শরুক য়াবা ফোঙদোক্লুখি। লৈখিদ্রবা মেম্বর থিয়াম গুনিন্দ্রো মশাগী চহী ৭৬ শুখ্রে। মহাক্না লৈরিঙৈ মতমদা থিয়েটর অসিগীদমক য়াইফ থৌরাং কয়াদা কখোকপীরম্বশিং ঙসিগী মীফমনা শীংথানখি।

চেঙহি ফুৎপদা পাথহনবা য়াদে !

ডা: এম থোইথোই সিংহ, ক্রোপ সোল্যুসন্স

(The Science Behind this Parental Instruction)

মনা কুপ্পী য়েন্সিন

মৈতৈ নুপীশিংগী চেনগদবা মগুণশিংগী মনুংদা মুনা শাংবা, লেক-লেক লাউবা, নীঙদু য়ৈনা শাংবা ফজবা শম অসিসু য়াম্না মরু ওইবা অমনি হায়না মমাংঙৈদগী হায়নরকই। নুপী ওইবীশিংনা শমগীদমক য়াম্না চেকশিন্নৈ; মতম কাইথোক্লে। চেঙহি ফুক্তুনা লুনৈ। চেঙহি ফুৎপদা হাপ্লবা মনা-মশিং কয়াগী মচল থীনৈ। য়ুমথোঙ খূদিংগী চেঙহি চফু থম্নৈ। নুপী অমগী ফজবা থাবদা নুপীদুগী শমগী মরমদা শৈথাদুনা হায়নৈ, ইনৈ।

অদুবু ঙসিদি মমাংঙৈগা খেন্নবা খরদি লৈরে। শম তেন্না থম্বা, খরা খোইবা শম পাম্নবসু য়াওরে। হেয়ার ষ্টাইলদা অহোঙবা খরদি লৈনরে। অদুমকপু শম মুবা, শম কে দবা, কোকঈংবা, লুপৌ লৈতবা, পোক হৌদবা (মতম চাদনা), হিকপী-হিককু চেন্দবা, মনম নুংশিবা শম হায়বদুদি পূম্নমক্না পাম্নৈ। মসিগীদমক মখল কয়াগী Shampoo শিং শীজিন্নৈ। Shampoo for oily hair, Shampoo for dry hair, shampoo for dnadruff, shampoo for hair fall, shampoo for frizzy hair, shampoo for hair growth, shampoo & contitioner অমসুং অতৈ মখল কয়াগী Shampoo শিং তাঙজরবসু অনৌবা অফবা মখল থিনৈ। অদুবু চেঙহিবু পামজবা কয়ানদি চেঙহিদা পূম্নমক য়াওই হায়দুনা চেঙহিবু পাম্না শীজিন্নৈ।

লাই ওইখ্রবা ইমা-ইবেলশিংনা শমগীদমক য়াম্না চেকশিনবগী থবকসি মীরোল কয়াগী মমাঙদগী হৌরক্লে হায়। চৎনবী অমা ওইনা চেঙ চামখিবগী মহীদা মখল কয়াগী পান্বীগী মনা, মতোন, মহয়নচিংবা হাপচিল্লগা মুন্না ফুৎলবা মতুংদা ফদি থারগা চুমথোকই, মহীদুনা কোক লুজবগী থবকসি চহী লীশাং শিংনা য়াম্না পাম্না তৌনরকই।

চেঙহিগী মচল অমসুং মসিনা পীরিবা কান্নবশিং : চেঙ চামখিবগী মহীদা মখল কয়াগী পান্বীশিংগী মনা, মতোন, মহয়নচিংবা হাপ্লগা লোন্দুনা (Concoction) শেল্লবা চেঙহিগী কান্নবা মগুণশিংগী মরমদা নৈনখিবা মীওইশিংগী মতুং ইন্নদি চেঙহিনা লুপৌ ফহল্লি, শম মুহল্লি, মনাম তাই, হিকপী হিকু লৈহন্দে, হকচাং তেকখৎহল্লি, শম কেলহন্দে, হকচাং শেংহল্লি, কোক ঈংঙি, মতম চাদনা পোক হৌহন্দে হায়বনচিংবনি।

চেঙ চামখিবগী মহীনা (Carbohydrete অমসুং Vitamine য়াওবা) মরু ওইবা শরুক অমা ওইরগা চেঙহি ফুৎপদা হাপ্লিবা য়ামখ্রবা মচলশিংগী মনুংদা পামজবা অমসুং অফংবা মচল ৫-১০ ফাওবদি শোয়দনা হাপ্লে। শমগী অমোৎপা কোক্লবা য়েনশিন মনা অকুপ্পী, কোক ঈংনবা কেগে অঙাঙবা, মনম নুংশিহন্নবা হৌনা, শম মুহন্নবা অমসুং Vitamine E নচিংবগী হৈগ্রু অমসুং নোবাব মকু-চম্প্রা মকু, মিনরেলশিংগীদমক খোংজাই নাপী, শম কেন্দনবা পোংহৈতোন মতোন, লুপৌ ফহন্নবা, হিক লৈতনবা তোরোংখোঙচাকনচিংবা শীজিন্নৈ। অতৈ অতোপ্পা মমিং পনবা য়াবা খরদি লাইবকথৌ, শংৱৈ, পেরুক, মরোই নাকুপ্পী, হৈবী মনা, জুবাকুশুম, লালুকোক, চরোংমনানচিংবা য়ামখ্রবা তোঙান তোঙানবা মনা-মশিং ১০০গী মথক্তা শীজিন্নৈ। মশাগী অপান্বা মতুং ইন্না হান্না শীজিন্নরমদবা নৌনা শীজিন্নরকপা পান্বী কয়া অমসু লৈ। ঙসিদি চেঙহি মচলশিংদা করি-করি য়াওরি হায়বদু Research centre শিংগা খূৎশম্নরগা খঙদোক্লবা মতুংদা শ্রী সনমসম বিরেন্দ্রনা 'ইমা চেঙহি' হায়না মিংথোনবা চেঙহি পুথোক্তুনা মণিপুর খক নত্তনা মপান লমদসু ফংহল্লি। অচৌবা কন্ত্রিব্যুশননি।

চেঙহি চফু

লাই ওইখ্রবা ইপা-ইপুশিংদুনা মচা নিঙোলশিংগী মশম ফনা থম্নবা চেঙহি লোনবদা শীজিন্নগদবা মৈ য়াঙবগী চাং ফাওবা লেপথোকপীরম্মী। মৈ কন্না থারবদি লোল্লিবা পোৎশিং পাথবা হায়বসি হৌনশানি। পান্বীগী মনা, মতোন, মহয় চেঙ চামখিবগী মহীদা হাপ্তুনা লোনবদা মখোয়দা য়াওবা থাও অমসুং ইনগ্রেদিয়েন্টশিং চিংথোকপদা মৈ তপ্না থাবা হায়বসি তৌদবা য়াদবা অমনি। অদুবু মমাংঙৈগী মতমদদি ঙসি ময়াম্না শীজিন্নরিবা গ্যাস ষ্টোপশিং অসিদি লৈতবনিনা চেঙহি ফুৎপসি চরুমৈ, লুক্রাক নৎত্রগা কাবুলিয়া মনাশিং নৎত্রগা খরা ফগৎপদা কবুলিয়া মশা, ৱাশানচিংবনি। মৈ য়াংবদা খঙচাক চাক্লগা অমুক শিথবা অমুক কন্না চাকপগী থবক্লি। অপান্বা মৈগী চাং অমদা গ্যাস ষ্টোপকুম থম্বা ঙমদে। মৈ কন্না থাদুনা চেঙহি পাথহনখিবা হায়বসি পান্বীগী শরুকশিংদুদগী লৌগদৌরিবা মচলশিংদু চুম্না লৌবা ঙল্লরোই। মসিদা নত্তনা চেঙহি পাথরকপা হায়বসি মৈ মুৎকদৌরিবনি, পাথখ্রবা মতুংদসু মৈফমদগী উৎশিং মথক্তা হাইগৎলকপা, চেঙহিদুদা তাশিন্দুনা মোৎহনবা কয়াসি থোক্তনবা, শীং তপ্না থানবা "চেঙহি ফুৎপদা পাথহনবা য়াদে" হায়বা অকনবা ৱাফম থল্লম্মী। মসিগী মথক্তা করিগুম্বা চেঙহি পাথহনখ্রবদি "শম কেল্লি", "লুপৌ থাংঙি" হায়না হেন্না কনবা চেকশিন ৱাসু হাপচিল্লম্লিবনি।

তশেংনমক পান্বীদা য়াওবা থাও অমসুং মচলশিং লৌথোক্লবা মৈ পীক্না (Low heat) থানৈ। চাক এঙ্গাং থোংবদসু মৈ পীক্না থাগদবা মতাং লৈ হায়বসিসু লমদমসিদা খঙনরকপা পঙকুই কুইদ্রি। অদুবু থায়নগী ইপা-ইপুশিংদুনদি চেঙহি ফুৎপদা মওং চুম্না মৈ তপ্না য়াংনবা, মুৎহন্দনবা, ফুৎলিবা মচলশিং অমসুং চেঙহিগী লৈফম থোকপা মগুণদু লৈনবা তাকপীরম্মী। ৱাফমসি মীরোল কয়া থংথরক্তুনা ঙসিগী মৈতৈ নিঙোলশিংনা চেঙহি শীজিন্নরি। পাম্নবসু হেনগৎলক্লি।

থমজনিংবা ৱাফমদি লাই ওইখ্রবা ইপা-ইপুশিংনা Plant Extract সি করম্না, চুম্না লৌগনি হায়বগী কাঙলোনসি খঙলম্মী হায়বসিনি।