থম্মোয় পাউদম

খ্বাইদই পঙবদু ঐ ওইরম্লে

‘ইন্তেল্লিজেন্স’ হায়বা ইংরাজি ৱাহৈ অসিবু ‘লৌশিং শিংবা’ হায়’দুরা? ৱাহৈসিগী ৱাহন্থোক, ঐগী লোন ইমালোনসিদা চপ-চানা, করম হায়না হনগনি? লৌশিং শিংবা (ৱাইজ মেন) হায়বসিনা অমনি, ‘ইন্তেল্লিজেন্ত ওইবা মী’ হায়বসিনা অমনি। অনী অসি মান্নদে। ঐনা ঙসি ৱাফম অসি পঞ্জরিবা, অপাবশিংদা তাকচগে খন্না ইবা নত্তেকো। তশেংনমক খঙদবনি। ৱাহৈসিগী ৱাহন’দু করিনো হায়বা খঙলবসু ‘ৱাহন’ অদু ৱাহৈ অমদা করম’ ফোঙদোক্কদগে? মদুমদি খঙদে ঐ তশেংনা। থিরুবসু থিফম খঙদে। লৌশিং থেনবা হায়বা তাই। দিক্সন্যারি য়েংলুরগদি হায়রক্কনি... “খঙজবা লৌশিং অমদি লৈজরিবা হৈ-শিংবা অদু ইশানা শীজিন্নবা ঙম্বগী চাং অদুবু কৌই ইন্তেল্লিজেন্স’...। অদুবু, কনাগুম্বা মীশক অমা, করিগুম্বা হীরম অমদা থোইদোক হেন্দোকপা লৌশিং লৈরবসু মহাক ‘ইন্তেল্লিজেন্ত ওইবা মীশক অমদি ওইরমদবা য়াই। লাল্লবরা?

মহৈরোয় অমা, মহৈ তম্বা লোইরগা করিগুম্বা শিনফম অমা পায়রমদাই, শিনফমদুগীদমক মতীক চাবা মী খন্নবা চাংয়েং পাঙথোকপদা, চাংয়েংদুদা মরূ ওইবা শরুক অমা ওইহল্লি-ইন্তেল্লিজেন্স টেষ্ট। টেষ্ট অদুগীদমক্তি অকক্লবা সেল্লেবস অমা লৈতে। মহাক্না তম্লুরিবা, খঙলুরবা মহৈদুগা মরী লৈনবা ৱাহং শোয়দনা হংগদবনি হায়বগী অকক্লবসু লৈতে। অতোপ্পা ৱাহৈ অমরোমদা হায়রগদি... ‘কনাগুম্বা অমনা সূপখঙ খঙদ্রিবা/সূপথেং থেংনদ্রিবা করিগুম্বা অমা খঙহৌদনা থেংনরকপদা, মদু খঙবা ঙম্লবা, মশানা মশাবু মনুং হুৎনা য়েংজবা ঙম্বগী পাঙ্গল/শক্তি অদুবু কৌই ইন্তেল্লিজেন্স’...। ইশাদা লৈজবা লৌশিং/ নোলেজ অদুগা ইন্তেল্লিজেন্সকা মরী লৈনদে। নোলেজ/লৌশিং হায়বসিদি ইশানা খঙলবা/থেংনরবা পোৎশকশিং অদুগী নীংশিংবা (মেমোরি) অদুনি। মীওইবগী পুন্সি হায়বসিদি ঐখোয়না খঙলবা, খঙদবা/খঙদ্রিবা অমসুং খঙলরোইদবা/খঙবা সূপঙম ঙম্লরোইদবা ময়াম অমনা পূনশিল্লগা শেম্বনি।

ঐখোয় মীওইবগী খুন্নাইসিনা তৌরিবা, স্কুল/কোলেজ/য়ুনিভর্সিটিশিংনা তৌরক্লিবা/তৌরিবা মীওইবগী লৌশিং-পূক্কৈ (নোলেজ বেঙ্ক) হেনগৎহনবদুখক্তনি। নীংশিংবগী শক্তি হেনগৎহনবা, মেমোরি সেলশিং অদুদা ইনফোর্মেসন হেন্না-হেন্না তৃংশিন্দুনা থম্মুনবা হোৎনবদুখক্তনি। তৃংশিন্দুনা থমখ্রবা মেমোরি অদু অমুক কয়াম থুনা, কয়া য়াম্না লৌথোরকপা ঙম্বগে হায়বগী চাংয়েং অদুদা মকোক মথং তাবা ঙম্বা মখোয়দুনি ঐখোয়না মহৈ হৈবা/লৌশিং শিংবা/লাইরিক হৈবা মী হায়না শকখঙলিবা। হান্না খঙলবা/পারবা/তারবা চীনফা পুরবা/মেমোরাইজ তৌরবা ৱাহংশিংগী পাউখুম পীবা, ঙম্বা মীশক অমবু খ্বাইদগী লৌশিং লৈবা, ইন্তেল্লিজেন্ত ওইবা মীশক্লি হায়না শকখঙ-চে পীবগী চৎনবীদুদগী ঙসি ফাওবা কনানসু নান্থোক’ঙমদ্রি। অদুবু, তশেংনা ইন্তেল্লিজেন্ত ওইবা মহাক অদুদি মহাক্না সূপখঙ খঙলুদ্রিবা/উরুদ্রিবা অমগা মায়োক্লরবা, মাগী তৃংশিন্দুনা লৈবা মেমোরিদুদা য়াওদবা করিগুম্বা অমগা থেংনরবা মতমদুখক্তদা মশক খঙবা ঙমগদবনি। অদুগুম্বা সিচ্যুয়েসন অমদা লাকপা মীৎকুপ অদু খঙহল্লক্কদৌরিবা- মীওইবগী পূক্লিংননি। অদুগুম্বা অচুম্বা/টুথ অদু খঙই নৎত্রগা খঙদে তাক্লক্কদৌরিবা-মীওইবগী পূক্লিংননি। খঙদবদুবু খঙহন্নবা শক্তিদুদি ‘পূক্লিং’দা লৈতে। অদুগুম্বা পূমনৌ নৌবা সিচ্যুয়েসন/ফিবম-তাঞ্জা অদুদা ঐখোয়বু পাঙ্গল হাপকদৌরিবা-ঐখোয়গী ‘ইন্তেল্লিজেন্স’ অদুখক্তননি।

স্পিরিচ্যুঅল গুরু অমনা লীখিবা ৱারী অমা নীংশিংলকই। তাইবংগী লৌশিং পূম্নমক খঙলবা গুরু অমগী মনাক্তা শিশ্য(তুংইনবা) অমা চঙজরুই। লাংতক্লনা, ৱাহং অমা হংজরুই,

‘গুরুদেব! অচুম্বা মশক খঙনবা ঐগী পূক্লিং অসিবু করম্বা থাক্তা থাঙ্গৎতুনা থমগদগে?’

গুরুদুনা খুম্লকই, ‘পূক্লিং হায়ব’মা লৈতে, লৈসু লৈতবা পোৎশক অমবু নহাক্না কদায়দা কমদৌনা থমদৌরিবনো, অদুগা অচুম্বা হায়বা পোৎশক অদুসু লৈতে, লৈতবদুবু কমদৌনা খঙদৌরিবনো?

তুংইনবদুনা মখা তারকই, ‘অচুম্বা অমসুং পূক্লিং অনীমক লৈতবা পোৎশক ওইরগদি নহাক্কী নতুং ইনবা ময়ামসিনা নঙগী নতুং ইন্দুনা, নঙগী ৱা তাননবা নুতিগী নমাঙসিদা য়োম্লিবসিদি করিগীনো’?

পূমকোয় কোয়না য়েংলুরগা খুম্লকই, ‘ঐগী নাক্তদি কনাসু লৈতেনা!

‘অদুদি নঙনা তম্বীরিবসি করিনো’? হায়নীংলিবসি করিনো?

‘ঐগীদি ৱা ঙাঙবদা খৎননবা লৈয়েংদুসু পান্দে, ঐনা করি হায়রগনি? করি তম্বীরুগনি’?

শিশ্য অদু ৱা মখা তাবা ঙমদরে। হায়রকই, ‘গুরুদেব! ঐ হায়ফম খঙদরে, ঐনা গুরুদেবগী মতুং ইনগে খল্লুরিবসিবু করিগনো ঐ খনফম খঙদরে’।

‘ইবুংঙো, ঐদি ঐ ইশামকসিফাওবা মশক খঙবা ঙমদ্রিবনি’।

পূন্সি হায়বসি খঙবা ঙমদবা পোৎশক অমনি। খঙলে হায়না ক্লেম তৌজরিবা মহাক অদুনা অমুক্কা হেন্না খঙদবা মীশক অমনি। ৱারীসিনা লীরিবা ৱারীসিবু করিনো? অদুনা অমুক্কা হেন্না খঙখিদ্রে। খঙলে ঐ-ইন্তেল্লিজেন্স হায়বদো ঐগী ইফমদদি সূপয়াওবু য়াওরমদ্রে।

লৌশিং পুক্কৈ

ওমেগা-৩ ফিশ ওইলনা অঙাংশিংদা লৌশিং হেনগৎহল্লি

ঙাগী থাউদা য়াওবা ওমেগা-৩ ফেট্রি এসিদনা হকচাংদা কান্নবা কয়ামরুম পীবগী খূদম ফংলে। দোকোসাহেক্সানোইদ এসিদ (দি ঐচ এ) অমসুং ইকোসাপেন্টাইনোইক এসিদ (ঈ পি এ) মরাং কায়না য়াওবা ওমেগা-৩ ফিশ ওইলনা মহৈ-মশিন তম্লিবা অঙাংশিংদা লৌশিং হেনগৎহল্লি হায়রি।

স্বিদেনদা লৈবা য়ুনিভর্সিটি ওফ গোথেনবর্গকী সালগ্রেনস্কা একাদেমীদা মেটস জোন্সননা চথখিবা ষ্টদি অমগী রিপোর্টনা হায়খি, মহৈ মশিনদা পূক্লিং চঙবা ঙমদবা অঙাংশিংদা ফেট্রি এসিদ অসি পীজবা মতমদা য়াম্না চাউনা কান্নবা ফংবগী খূদম ফংলে। মশাগী চহী ৯ অমসুং ১০ শুরবা স্বিদেনগী স্কুল তম্লিবা অঙাং ১৫৪ দা চথখিবা ষ্টদি অমদা ৱাফম অসি খঙবা ঙমখিবনি। থা অহুম চুপ্পা অঙাং খরদা ওমেগা-৩ অমসুং ওমেগা-৬কী কেপস্যুল পীজবগা লোয়ননা অতোপ্পা অঙাং খরদা ইচম চম্বা (মওংদি চপ মান্নবা) পাম ওইলগী কেপস্যুল পীজরম্মী।

কাঙলূপ অনী অদু চাংদম্লদুনা য়েংবদা ওমেগা-৩ অমসুং ওমেগা-৬ কী কেপস্যুল চাবা অঙাংশিংনা পরা ফাগনবা অমসুং হৈথোই-শিংথোইবা হেল্লি হায়বা খঙলকখি।

‘চাইল্ড সাইকোলোজি এন্দ সাইকিয়াট্রি’ জর্নেলদা ফোঙলকখিবা ষ্টদিগী রিপোর্টতা য়ুনিভর্সিটি ওফ গোথেনবর্গকী মেটস জোন্সননা হায়খি, ঙাগী থাউদা য়াওবা ওমেগা-৩ ফেট্রি এসিদ পীজবনা অঙাংশিংগী ৱাখল লৌশিং হেনগৎহল্লি হায়বা চপ চানা খঙবা ঙল্লে। পোলিঅন্সেচুরেটেদ ফেট অমসুং মসিনা অঙাংশিংগী মহৈ-মশিন তম্বদা পীরিবা কান্নবশিং মমাঙদা থোইদোক্লা খঙনরমদে। অনৌবা মতমগী হোংলক্লিবা ঈচেলনা মরম ওইরগা মীয়াম্না চানরিবা চীঞ্জাক্তা ওমেগা-৩গী চাং য়াম্না হন্থনা য়াওরি। মসিনা মরম ওইরগা অঙাংশিংগী মহৈ-মশিন তম্বদা অকায়বা থোকহল্লি। ব্রেনগী সেল মেমব্রেনশিং পোলিঅন্সেচুরেটেদ ফেটনা শেম্বনি। মসিগীসু মথক্তা ব্রেনগী সিগনেলিং সিষ্টেম রেগুলেট তৌবা অমসুং নর্ভ সেলশিংগী মরক্তা সিগনেল ট্রান্সমিট তৌবদা পোলিঅন্সেচুরেটেদ ফেটনা মরুওইবা থৌদাং লৌই। মরম অদুনা ঙাগী থাউদা য়াওবা ওমেগা-৩ না ব্রেনগী মথৌ নীংথিনা পাঙথোকপা ঙমহল্লিবনি।

অমরোমদা, অমেরিকান হার্ট এসোসিএসন (এ ঐচ এ)গী রিপোর্টনা হায়খি, সালমন, মেক্করেল, সার্দিন অমসুং টুনাগুম্বা অঙ্গৎবা ঈশিংদা লৈবা ঙাশিংদা ওমেগা-৩ মরাং কায়না য়াওই। মরম অদুনা চয়োল অমদা অনীরক হায়রিবা ঙা মখলশিং অসি চারবদি হার্টকী ফীভম ফনা থম্বা ঙম্মী। দোকোসাহেক্সাইনোইদ এসিদ (দি ঐচ এ) অমসুং ইকোসাপেন্টানোইক এসিদ (ঈ পি এ) মরাং কায়না য়াওবা ওমেগা-৩ ফেট্রি এসিদনা ব্লদ

প্রেসর অমসুং ট্রাইগ্লাইসরাইদ হন্থহনবগা লোয়ননা ঈ উতোং ফুলহন্দে। হার্টকী মথৌ কায়হন্দবা মরম্না হার্ট এটেক অমসুং ষ্ট্রোক তৌহন্দে। হার্টকী লায়না নারবা মীওইশিংদসু খঙহৌদনা হার্ট এটেক তৌরগা শিবা য়াবগী রিস্ক হন্থহল্লি। কনাগুম্বনা সালমন, মেক্করেল, সার্দিন অমসুং টুনাগুম্বা ওমেগা-৩ য়াওবা ঙা চাবগী খূদোংচাবা ফংদ্রবদি গুলি ওইনা পুথোরকপা ওমেগা-৩ সপ্লিমেন্ট শীজিন্নবা য়াই।

য়ু এসকী নেসনল সেন্টর ফোর কমপ্লিমেন্ট এন্দ ইন্টিগ্রেটিব হেল্থ (এন সী সী আই ঐচ)কী রিপোর্ট অমনা হায়খি, মরুওইবা ওমেগা-৩ ফেট্রি এসিদ অহুমদি অলফালিনোলেনিক এসিদ (এ এল এ), ইকোসাপেন্টাইনোইক এসিদ (ঈ পি এ) অমসুং দোকোসাহেক্সানোইক এসিদ (দি ঐচ এ)নি।

চহী ৩০ গী মমাঙদা চথখিবা ষ্টদি অমদা এস্কিমোগী মীওইশিং অঙ্গৎবা সমুদ্রগী ঙা মরাং কায়না চাবা মরম্না হার্টকী লায়না নাবা থেংনখিদে। মতুং তারকপদা মখা তানা চথখিবা ইপিদমিওলোজিকেল ষ্টদিশিংদা চয়োল খূদিংগী অমুক্তং ওইরবসু সমুদ্রগী ঙা চাবা মীওইশিং হার্টকী লায়নানা মরম ওইরগা শিবগী চাং নেম্মী হায়বা খঙলকখি। মরম অদুনা য়ুনাইটেদ ষ্টেটস গভর্ণমেন্টনা কুমজা ২০১০ দা ফোঙখিবা দাইটরি গাইদলাইন অমদা মীপূম খূদিংমক চয়োল অমগী মনুংদা সমুদ্রগী ঙা শোয়দনা চাগদবনি হায়রি। মসিগী মরুওইবা মরমদি সমুদ্রগী ঙাদা ওমেগা-৩ ফেট্রি এসিদ মরাং কায়না য়াওবননি।

কুমজা ২০১২ দা সাইন্টিষ্ট কাঙবু অনীনা চথখিবা ষ্টদিশিংদা ওমেগা-৩ ফেট্রি এসিদ য়াওবা চীঞ্জাক চাং নাইনা চাবা মীওইশিং হার্টকী লায়নানা মরম ওইরগা শিবগী চাং নেম্মী হায়বা ময়েক শেংনা খঙবা ঙমখি। কুমজা ২০১২ দা পাঙথোকখিবা অতোপ্পা ষ্টদি অমগী রিপোর্টনা হায়খি, ঙাগী থাউদা য়াওবা ওমেগা-৩ ফেট্রি এসিদনা ক্ল্যমেটোইদ অরথ্রাইটিসকী লায়ওংশিং হন্থহনবা ঙম্মী। দিপ্রেসন, এটেন্সন দিফিসিট হাইপরএক্টিভিটি দিসওর্দর, ওটিজম, বাইপোলর দিসওর্দর, বোর্দরলাইন পর্সনেলিটি দিসওর্দর, সিজোফ্রেনিয়া, এলর্জি, অজমা, ক্রোন’স দিজিজ, সিষ্টিক ফাইব্রোসিস, দাইবেটিস, কিদনি দিজিজ, ল্যুপস, ওবেসিটি, মেল্টিপ্ল্যুয়ল ক্রেস্প, ওষ্টিওপোরোসিস অমদি অলসরেটিব কোলাইটিসনা নারবা মীওইশিংদসু কান্নবা ফংবগী খূদম থেংনরে।

ওমেগা-৩ ফেট্রি এসিদনা এদোলেসেন্ট দিপ্রেসন, ওটিজম স্পেক্ট্রম দিসওর্দর, ব্রেন ইঞ্জুরি, ঐচ আই ভি ইনফেক্সননা থোকহল্লকপা খূদোংচাদবশিং, মীরোল্লিঙৈ মনুং অমসুং অঙাং উনরবা মতুংদা মায়োক্লবা দিপ্রেসন, ইপিলিপসি, ওটোইম্যুন দিজিজ, অলঝিমর’স দিজিজ, দাইবেটিক কিদনি দিজিজ অমসুং সদন কার্দিয়ক দেথকী মতাংদা করি কান্নবা পীবগে হায়বদু মমুৎ তানা খঙনবা নেসনল ইন্সটিট্যুট ওফ হেল্থনা শেল থাদরগা ষ্টদি কয়া চথরি।

পাখংবা চেঙ হোংবা থৌরমগা লোয়ননা কৈথেলশিংদা চেঙ য়েনগনি

ইম্ফাল, মে ০৭ (ঐচ এন এস):

কালেনগী থানিনদা হন্নচীংগী খুভমদা পাখংবা চেঙ হোংবা থৌরম পাঙথোকপগা লোয়ননা কৎলিবা চেঙশিং কৈথেলশিংদা য়েনবা চৎকনি হায়না লূপ ৩৪ গী এদভাইজর কে বিধুনা ফোঙদোকখ্রে।

কংলা ফমথৌ হুম্ফুমরি, হাম্পাক লৈকল লূপ, মৈতৈ লৈমরোল আর্ট পর্ফোর্মিং সেন্টর, লাইয়িংথৌ সনামহী সনা পুঙ, সলাইচা অপূনবা লূপতিন, সিভিল সোসাইটি ওফ সেন্টর কংলৈপাক অমসুং সনামহী দিভাইন্দ কম্মিটিনা শীন্দুনা মণিপুর প্রেস ক্লবতা পাউমীশিংগা উনবদা কে বিধুনা হায়খি, নীংশিংবা থোক্তুবা মতমদগী পাখংবা চেঙ হোংবা থৌরম অসি লৈবাক্কী নিংথৌ য়াওনা পাঙথোক্তুনা লাকখ্রবা থৌরমশিংগী মনুংদা অমনি। চৎলিবা চহী অসিগী জুন ১৮ কালেনগী থানিন নুমীৎতা পাখংবা চেঙ হোংবগী থৌরম হন্নচীংগী পাখংবা লাইসনাগী খুভমদা পাঙথোক্লগনি।

পাখংবা চেঙ হোংবা থৌরম পাঙথোকপগা লোয়ননা চেঙ হোংবদা চৎপা চেঙশিং অসি হন্নচীংদগী হৌদুনা লাক্লগা কৈথেলশিংদা য়েনগনি। কৈথেলশিং অদুদি, খ্বাইরম্বন্দ ইমা কৈথেল, তেরা কৈথেল, ক্বাকৈথেল, শিংজমৈ কৈথেল, কোংবা কৈথেল, ৱাংখৈ কৈথেলদা য়েল্লবা মতুং লম্লোং কৈথেলদা য়েনগনি। মসিদা মীয়াম্নসু শরুক য়াবীয়ু। পাখংবা চেঙ হোংবগী নুংগী ওইবা কয়া অসি ঙসিগী মীরোলনা খঙবা চঙই। পাখংবা চেঙ হোংবা থৌরম অসি অতিয়া য়াইবিরেল শিদবগা মপারী পাখংববু চীংঙু অনীগী মফমদা ইরাৎ থৌনি কৎপা, লৈবাক্কী চাহোং ঙাহোংবা ওইনবগী পাঙথোকপা থৌরম অমনি। অতিয়া শিদবনা মপারী পাখংববু নিংথৌ হাপ্তুনা লৈবাক ঙাকপগী থৌদাং শিন্নখি। মসিগী মতুংইন্না পাখংবনা নিংথৌ ওইবদা চাহোং ঙাহোংনবা অমদি তংদু লৈতোবা লমদম অমা ওইনবগীদমক পাঙথোকপা থৌরমনি। হন্নচীংদা ইবুধৌ পাখংবা, ইবেনধৌ লাইসনাগী খুভম ওইরি। মফম অসিদা পাঙথোকপা পাখংবা চেঙ হোংবগী থৌরম অসি চীং-তমগী মীৎয়েংদা লৈঙাক্লা মীৎয়েং চঙশিল্লগা থৌরম অসি পাঙথোকপদা মতেং পাংলগদি হেন্না নুংঙাইবা ওইগনি।

থৌরম অসিদা মীয়াম্নসু শরুক য়াবীয়ু। চহী অসিগী জুন ১৮ কালেনগী থানিন নুমীৎতা চেঙ হোংবগী থৌরম অসি হন্নচীংগী পাখংবা লাইসনাগী খুভমদা পাঙথোক্লবা শেম-শারি। পাখংবা চেঙ হোংবগী থৌরম পাঙথোক্লবা মতুংদা লম্বদমসিগী তোঙান তোঙানবা কৈথেলশিংদা চেঙ য়েনবা চৎকনি। অসিগুম্বা থৌরম অসিদা মীয়াম্না শরুক য়াবীয়ু হায়নসু মখা তাখি।

পাউমীশিংগা উনখিবা অদুদা মুতুম ইন্দ্রজিৎ অমদি তোঙান তোঙানবা লূপশিংগী থৌ পুবা কয়াসু শরুক য়াখি।

ইম্ফাল ৱেষ্ট অমদি বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্টতা লায়ওং খঙদবা লায়নাদগী ষন ৮ শিরে

ইম্ফাল, মে ০৭ (ঐচ এন এস):

ইম্ফাল ৱেষ্ট দিষ্ট্রিক্ট অমদি বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্টকী মনুং চনবা মফম খরদা লায়ওং খঙদবা শা-যনদা নাগনবা লায়না অমনা নাবদগী ষন ৮ শিরে হায়রি।

প্রেসনা ফংবা পাউ মতুংইন্নদি লায়না লায়ওং খঙদনা খঙহৌদনা হন্দক শিরিবা যনশিং অসি বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্টকী মনুং চনবা খা পোৎশংবমদা ষন অহুম থংনবা খুলদা ষন অনীনি। অদুগা ইম্ফাল ৱেষ্ট দিষ্ট্রিক্টকী মনুং চনবা ময়াং ইম্ফাল এ সীগী মনুং চনবা উচিৱা মখা লৈকায়দনা ষন অনী য়াওনা পুন্না ৯ নি হায়রি।

খঙহৌদনা লায়না লায়ওং খঙদনা ষন শিরকপা অসিগী মতাংদা মরী লৈনবা ভেটিরিনরি এন্দ এনিমেল হজবেন্দরি দিপার্টমেন্টকী দিরেক্টর ঐচ চাওবনা ফোঙদোরকপদা, লায়না লায়ওং খঙদনা ষন শিরিবা অসি ব্লেক ক্বার্টর হায়না খঙনবা লায়না অদু ওইরম্বা য়াই হায়না চিংনবা লৈ। হায়রিবা লায়না অসি ওইরগদি নোংজু থাগী মতমদা অয়াম্বা নায়। মসি মতম চানা টিকা থাহৌরবদি চহী ১ রোম শা-যনদা লায়না অসি চঙবা ঙমদে।

হায়রিবা লায়না অসি ষনগী লেংজুম অমদি ফৈরুনচিংবদা লৈবা মশলগী শরুক্তা পোমখৎপা, মশা অদু ফেভরনচিংবা তৌরক্কনি হায়রি।

থৌদোক থোকফমশিংদা দিপার্টমেন্ট অসিগী ডোক্তরনচিংবা থাদুনা য়েংশিনখ্রে। অদুগা ময়াং ইম্ফাল এ সীগী মনুং চনবা উচিৱা মখা লৈকায় ৱার্দ নম্বর ফাইবতা লৈখিদ্রবা ষন অনী অদু মপান লমদগী পুশিল্লকপা ষননি। ষন অনী অদু শিবা নুমীৎ ১০ রোম শুরে।

ইম্ফাল ৱেষ্ট দিষ্ট্রিক্ট অমসুং বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্টকী মনুং চনবা মফম খরদা লায়ওং খঙদবা লায়না অমনা ষন নাবদগী শিবা য়াওরক্লিবা অসিদা মরী লৈনবা দিপার্টমেন্টনা অখন্নবা মীৎয়েং চঙহন্নিংবগী অপাম্বা ষন লোইরিবা কয়ানা ফোঙদোক্লরক্লি। ইম্ফাল ৱেষ্টকী মনুং চন্না লৈবা উচিৱাদসু ষন শিবগী থৌদোক থোক্লি হায়নসু পাউ অসিনা মখা তারি।

এইমস, দেসামনা শীন্দুনা হায়র সেকেন্দরি এগজামগী মতাংদা নোংমগী ওইবা দিস্কসন পাঙথোক্তুনা কুপ্পা খন্ন-নৈনখ্রে

ইম্ফাল, মে ০৭ (ঐচ এন এস):

অপূনবা ইরৈবাক্কী মহৈরোয় শিনপাংলূপ (এইমস) অমদি দেম্মক্রেটিক ষ্টুদেন্টস এল্লাইয়ন্স ওফ মণিপুর (দেসাম) না শীন্দুনা কন্দক্সন ওফ হায়র সেকেন্দরি এগজামিনেসন-প্রোব্লেম এন্দ ইটস রিমেদিএল মেজরস হায়বা হিরমদা নোংমগী ওইবা দিস্কসন পাঙথোকপগা লোয়ননা কুপ্পা খন্ন-নৈনখ্রে।

প্রোফেসর দব্লিয়ু নবকুমারনা মোদরেটর ওইদুনা ঙসি ষ্টেট গেষ্ট হাউসতা পাঙথোকখিবা নোংমগী ওইবা খন্ন-নৈনবগী থৌরম অদুদা ৱা ঙাঙলদুনা নামৈরাকপম বিনিসননা হায়খি, মণিপুরদা লিংখৎলক্লিবা প্রাইভেট স্কুলশিংনা মখোয় মখোয়গী স্কুলশিংদা তম্বা মহৈরোয়শিংবু মার্ক ৱাংনা ফংনবা হোৎনরকপদগী নত্তবা পাম্বৈ কয়া শীজিন্নরকই। তুংগী য়ুম্বী ওইগদবা মহৈরোয়শিংবু কন্দবা য়াদে হায়বা ৱাখল্লোনগা লোয়ননা ঙসিগী মীফম অসি পাঙথোরকপনি। মণিপুরদা হৌজিক ট্যুসন সেন্টর কয়া লিংখৎনরক্লিবা অসিগী মতাংদা থিগৎলুরে। ট্যুসন সেন্টরশিং অদুদা তৌবা ষ্টেক্কী ৱাহং অদুগা কাউন্সীল ওফ হায়র সেকেন্দরি এদ্যুকেসন মণিপুরগী এগজামদা হংবা ৱাহংগা চাদা ৯০ দি মান্নবা থেংনরে। অসিগুম্বা মহৈরোয়শিংবু শেন্দাল লম্বীদা ওস্থোরকপা অসি দেম্মক্রেটিক ষ্টুদেন্টস এল্লাইয়ন্স ওফ মণিপুর অমদি অপূনবা ইরৈপাক্কী মহৈরোয় শিনপাংলূপনা কন্দেম তৌই।

মহৈরোয় ওর্গনাইজেসনগী মায়কৈদগী এগজামিনেসন সেন্টরশিংদা য়েংবা চৎপা মতমদা এগজাম সেন্টর অদুদা তাবা ও সী অমসুং ওজাশিংনা মহৈরোয়শিংনা নোট তৌবদা মতেং পাংবা য়াম্না থেংনৈ। মসিগুম্বা থবক অসি মহৈরোয়শিংগী খল্লগা তৌবীগনু। এগজামিনেসন সেন্টরশিংদা য়াম্না কাঙলোন চুম্না এগজাম থাহনবা চঙই। মহৈরোয়শিংনা নত্তবা পাম্বৈ শীজিন্নবদা অকনবা মীৎয়েং চঙগদবনি। এগজাম সেন্টরশিংদা ওজাশিংনা মহৈরোয়শিংবু নোট তৌবদা মতেং পাংবগী মওং চথবা চুম্লোই।

অসিগুম্বা থৌওং অসি লোইনা তৌই হায়বদি নত্তে। মফম খরদদি চথবগী মওং লাক্লি। মহৈরোয়শিংগীদমক য়াম্না মরুওইবা এগজাম ওইরিবা অসিদা নীংথিনা মীৎয়েং চঙবীবা চুমগনি। অফবা মহৈরোয় পুথোক্লবা পুন্না হোৎনমিন্নসি। কাঙলোন চুম্বা এগজামিনেসন ওইহন্নবগীদমক মরী লৈনবশিংনা মীৎয়েং চঙবা তঙাইফদে হায়নসু ফোঙদোকখি।

থৌরম অদুদা কাউন্সীল ওফ হায়র সেকেন্দরি স্কুলগী রিটয়র্দ সেক্রেটরি সরঙ্গজিৎনা ফোঙদোকখিবদা, এগজামদা অনফোরমিন্স শীজিন্নহল্লোই হায়বসি স্কুলগী এক্টিভিটিশিংগা য়াম্না মরী লৈনৈ। ওজাশিংনা স্কুল চাং নাইনা চৎত্রবা অমদি মহৈরোয়শিংবু ফজনা তাকপী তম্বীদ্রগদি মশানা এগজাম সেন্টর মনুংদা অনফোরমিন্স শীজিন্নরকপা তাবনি।

মহৈরোয়শিংনা অনফোরমিন্স শীজিন্নহন্দনবা সেন্টর অদুদা দ্যুটি তারিবা ওজাশিং অমদি মরী লৈনবশিংনা য়াম্না চেকশিন্না য়েংবা চঙই। এগজামিনেসনগী কাঙলোন চুমহন্নবা হোৎনবদা অমত্তা থৌদাং লৌমিন্নবা চঙই। মহৈরোয়শিংবু ওজাশিংনা ক্লাসতা নীংথিনা তাকপী তম্বীবা তাই। ওজাশিংনা চাং নাইনা স্কুলদা চৎতুনা মহৈরোয়শিংগী পারা মমুৎ তানা তম্বীবা চঙই। মহৈরোয়শিংনসু থৱায় য়াওনা হোৎনদুনা মশা-মশাগী পারা ফানবা অমদি খঙনবা হোৎনবা তঙাইফদে। এগজামগী চৎন-কাঙলোনশিং ঙাকপা হায়বসিদা মহৈরোয়শিংগীসু থৌদাং চাউনা লৈরিবনি। মসি খঙনা থবক তৌবা চঙই হায়নসু ফোঙদোকখি।

কন্দক্সন ওফ হায়র সেকেন্দরি এগজামিনেসন প্রোব্লেম এন্দ ইটস রেমিদিয়ল মেজর হায়বা হিরমদা রিছোর্স পার্সন কয়ানা ৱা ঙাঙখি। মীফম অদুদা শরুক য়াখিবশিংগী মরক্তা দিস্কসনসু তৌদুনা কুপ্পা খন্ন-নৈনখি।

HL-B/5314/2/4-3/5

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ০৮।০৫।২০১৯ ইং, য়ুমশকৈশা,
কালেনগী ৪নি পানবা

মেষ: অরাপ্পদগী কান্নবা ফংগনি, থাজদবা মরমদগীসু নুংঙাইবা পাউ তাজগনি। নুপা/নুপী লোইনবনা নরল ময়েং তাবা। অখঙ-অহৈ শাবনা কাইনগনি, অঙম্বনা ৱারৌই।
লৈশা পাখংশিংগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ নাপু

বৃষ: ইতোমতগী ৱাখল অমদি লৌশিংনা মপুং ফাদবা নুমীৎনি অদুনা অরুবা ৱারেপ লৌগনু অমদি মরুপ মপাংসু পংথা থাজগনু। মখা থাবগী মতেং অমদি শেল-থুমদি ফংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশি মরী ফগৎকনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাংবা

মিথুন: লেংদবা লন-থুম হেন্না ফংজবা অমদি ৱাখল লৈনা থৌ পাংবসু ঙমজবা নুমীৎনি। মীয়াম্না য়াবা থবকশিং পাংবদি শোইদনা মাই পাক্কনি। মীয়াম পুনবদা নুংঙাইজগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নিংজবা থুংজগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ নাপু

কর্কট: ঙাঙবা শকপা হৈবা, পোরম য়াৎপা হৈবা, অফবা লৈফম ফংবা অমদি অফবা মীংচৎসু ফংগদবা নুমীৎনি। য়েৎলম্বা কোক্কনি অমদি অঙম অথৌনা শোইদনা চানবীরনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নিংবা থুংলোই-অশা চাওগনু।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙৌবা

সিংহ: শেল ফংগনি, মীচং ফংগনি, পাউ নুংঙাইবা তাগনি, লন হেনগৎকনি অমদি অফবা থবক পাংগনি। পাইরক্কী লৌশিং শোনবনা মীকোক থোংবদি ৱাগনি। তহা-তহাগনু।
লৈশা পাখংশিংগী- লাইবক য়াম্না ফবা লৈ।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাংবা।

কন্যা: মীপাইবা কোকচরনি, শেল-থুমগী লম্দা মাই পাক্কনি। থৌনা ফুদোক্লা থবক পাংবা য়াগনি। চাদিং য়াম্না তৌবগী নুংঙাইতবা অমদি মীথোইবা ঙমদবা লৈগনি। অনম তানগনু।
লৈশা পাখংশিংগী- লাইবক খরদি ফরনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাংবা

তুলা: থবক্কী লম্দা নথক থোংবগা মাই চান্নদবা নুমীৎনি অদুনা চরাংনবা তৌগনু অমদি ঙম্লোইদবা থবক্তা হোয়া ফগনু। অদুবু নচা-ননাই অমদি মরুপকী লম্দা পেঞ্জগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- খাঙবা কনবগী নুংঙাইবা ফংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অশংবা/কিসমিস

বৃশ্চিক: থাজদনা মরুপ্তা নত্তনা নক্লবনা নরলদা মীতাবা লৈগনি। করিসু লৈতনা নচা-ননাই ফাওবনা য়েংথি অদুনা শাজৎ হৈয়ু, অরোন অথুপ ঙাঙথোক্কনু অমদি মীৱা লৌগনু।
লৈশা পাখংশিংগী- য়াইফবা ওইদে।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক/থোইদিং অমুবা

ধনু: নিংবা খ্বাইদগী হেন্না থুংবা নুমীৎনি। অনৌবা থৌরাং চিংনদনা পাংবা য়াগনি, মীয়াম্না য়াগনি, ললোন ইতিক্তা খুৎচাও থাবা য়াগনি। অদুবু ৱানোম থৌনোমদি য়ারোই।
লৈশা পাখংশি