ꯍꯨꯏꯌꯦꯟ ꯂꯥꯟꯄꯥꯎ

ꯅꯤꯡꯊꯧꯀꯥꯕꯥ, ꯅꯣꯚꯦꯝꯕꯔ ꯰꯸, ꯲꯰꯲꯱, ꯏꯝꯐꯥꯜ

꯴꯵ ꯁꯨꯕꯥ ꯆꯍꯤ, ꯲꯲꯳ꯁꯨꯕꯥ ꯃꯁꯤꯡ

হুইয়েন লানপাউ

নিংথৌকাবা, নবেম্বর ০৮, ২০২১, ইম্ফাল

৪৫শুবা চহী, ২২৩শুবা মশীং

শ্রীশ্রীগোবিন্দজি টেম্পলদা ম্যেনলেন্দ ইন্দিয়া

মনম তৎনবা য়েহৌবা চুমগনি

প্রাইম মিনিষ্টর নরেন্দ্র মোদিনা, হোম মিনিষ্টর অমিট শাহনা অমসুং দোনর মিনিষ্টর ডা. জিতেন্দ্র য়াওনা য়ুনিয়ন মিনিষ্টরশিংনা, দেল্লিগী লুচিংবশিংনা নোর্থ ইষ্টকী ষ্টেটশিং চাওখৎতনা ইন্দিয়া চাওখৎপা য়ারোই তৎতনা হায়। ৱাফমসি ঐখোয় শ্বাইদনা খুঙ্গং চাওখৎতনা চাওখৎলে হায়বা য়ারোই হায়বদুগুম্বনি। চুমখ্রবা, শেংখ্রবা ৱাফমনি। ফল্লাংদা লৈতুম থাবগুল্লবা পূমচুম চুল্লবা ৱাফমনি। প্রাইম মিনিষ্টর য়াওনা দেল্লীগী অঙম্বশিংনা ৱাফমসি মখোয়গী চিন্দোন-লৈতোন্দা পকপখক নত্তনা নোর্থ-ইষ্ট-ষ্টেটশিং চাওখৎহন্নবগী থবক-থৌরমশিংসু লেপ্তুনা পায়খৎলক্লি। হন্দক্তা য়ুনিয়ন মিনিষ্ট্রিগী রি-সফল/এক্সপান্সনদা মণিপুরগী এম পি অমা ষ্টেট মিনিষ্টরগী থাক্তা ওইরবসু মিনিষ্টর ওইহল্লকখ্রিবা, অতোপ্পা অৱাং-নোংপোক ইন্দিয়াগী ষ্টেটশিংদগীসু নুপী এম পি ফাওবা য়াওনা মিনিষ্টরিএল বর্থ পীরকখ্রিবসিনসু ময়েক লারবা খুদমনি। চিনগা খূৎকা মান্নবা প্রাইম মিনিষ্টর অমসুং দেল্লী লুচিংবশিংগী চপ মান্নবা মিৎয়েংদা য়েংবগী ফজখ্রবা থবক ঙাক্তনি। অসুম্মাইনা পায়খৎলকপদগী লৈবাকসিগী কোনুং ওইরিবা দেল্লী য়াওনা ম্যেনলেন্দ ইন্দিয়াগী মফম খরদা নোর্থ-ইষ্টকী মীয়ামদা চত্থরম্বা 'রেসিএল দিস্ক্রিমিনেসন' গী চত্থরকফম থোক্তবা ফজদবা, লুজদবা, মীনা মীবু তুহৎপা, নমথবীবা, তাথী-তাওইনা তৌবীবগী লৈবাক মচা তাদবা থৌওংশিংগী মমি শাল্লক্লবনি। তোয়না থোরক্ত্রবনি। থোরক্লগসু থৌদৌসিদা চেন্নবশিং চৈরাক পীনবা লৈবাকসিগী কেপিটেল সিটিগী দেল্লী পুলিসতা অখন্নবা নোর্থ ইষ্টকী সেল ফাওবা হাংদোক্তুনা থমখ্রবনি। মসিগীদমক নোর্থ-ইষ্টকী ষ্টেটশিংদগী নুপা অমসুং নুপী খাক্তনা রিক্রুটমেন্ট তৌদুনা ফাওবা দিপ্লোই তৌরিবনি। অসিগুম্বা লৈবাক অসিগী চাকথুংশিং চপ মান্ননা ফংমিন্নরিবা মশেলগী মরক্তা অমনা অমবু তুহৎপা, শুদৎ-নেৎথৎপা, হন্থনা য়েংবগী মতমসিগা চানদ্রবা থৌদোকশিং থোকহল্লক্তনবা অকনবা থবকশিং লৌখৎলক্লিবনি।

অদুবু অসিগুম্বা পোজিটিভ ওইবা এটমোসফ্যের অমা কেপিটেল সিটিদা অমসুং লৈবাকসিগী অতোপ্পা ম্যেনলেন্দগী মফমশিংদা লৈহনবা ঙম্লক্লিঙৈগী চৈরক্তা ইম্ফাল ময়োলদা লৈরিবা শ্রীশ্রীগোবিন্দজি টেম্পলদা অদুগুম্বা নোর্থ-ইষ্টকী মীয়াম্বু রেসিএল দিস্ক্রিমিনেসন তৌবিখিবা ন্যু দেল্লী নৎত্রগা ম্যেনলেন্দ ইন্দিয়াবু থাংজিল্লক্তুনা খিঞ্জিল্লকপগী থৌওংসিবু অচুম্বা, তৌফম থোকপা, থাংলকফম থোকপা খোঙথাং ওইগদ্রা? কেপিটেল সিটি নৎত্রগা ম্যেনলেন্দ ইন্দিয়াগী মফমশিংদা থোকখ্রিবা থৌদোকশিংদুদি জাৎ-কুচু অমসুং ফুরুপ মান্নদবা মী মশেলগী মরক্তা থোকখিবনি। অদুবু শ্রীশ্রীগোবিন্দজি টেম্পল কমপ্লেক্সতা থোকখ্রিবা থৌদোক্তুদি জাৎ-কুচুসু মান্নবা, য়েলহৌ ফুরুপকী মরক্তা শুপ্নতগী লাইনীং খেন্নবখক্কী মরক্তা থোকপনি। লোল অমসুং ময়েকসু অমত্তা ওইবা, চাকচা-য়ুথকসু মান্নবা মশেলগী মরক্তবু অসিগুম্বা থৌদোকসিবু থোকহনফম থোকপ্রা হায়বনি। মরূ (পন্দিট) লোয়শঙগী অমাইবা-অমাইবীশিংগী মরক্তা লাই তোংলকপা নৎত্রগসু মশা ঙম্লক্তবা নৎত্রগা নুংঙাইরক্তবা য়াওরক্লবসু মদুদগী কোকথোক-চামথোক্লবা, নোর্মেল তারক্লবা হোৎনবা হায়ববুদি তঙাইফদনা তৌফম থোকপা থবকনি। অদুবু মহৌশাগা মান্নদবা ফীভম মায়োক্নরক্লে হায়রগদি মীদুগী মশাগী লৈজরিবা লাইনীং লিচৎকী মতুংইনবা লায়েং হান্না চত্থগদবনি। মদুনা য়াদ-য়ারক্ত্রগা অতোপ্পা পান্বৈশিং পুথোক্তুনা শীজিন্নবা য়াই। মসি মীওইবগী মচৎনি। হৌজিক কোভিদ-১৯ পেন্দমিক মায়োক্নরকপদগী মসিদগী ঙাকথোক্লবা করি করিনা শারকপনো খঙদবা কোভেক্সিন, কোভিসিল্ডনচিংবা হীদাকশিং ফুরুপ পূম্নমক্কী মীওইশিংদা শিনবা থুংনা কাপলিবসিনি। অদুবু অমাইবী অমা লাই তোংলে হায়দুনা মদু তৌরকপদা মশাগী লৈজবা অহান-লায়েংশিং কান্থোক্লম্লগা 'জনামিত্র' হেক্তা চাইশিনবগী থৌদোক্তি চুম্ব্রা হায়বনি। হোয়, মাইবীদুগী লাই তোংবদু কোক্লবগীনি হায়না খন্দোক্লবসু কাইদে। অদুবু থৌদোক্তুনা লৈবাক ৱাথোক ওইহন্নবগী মচাক ওইহল্লক্লিবা করিগীনো? গোবিন্দজি টেম্পল বোর্দকী থৌপুবদুনা শেংদোক্কদবনি, মঙোন্দা চৈরাক পীয়ু হায়বগী ৱারু-নোংজু থোক্লক্লিবা করিগীনো? অফবা ৱাখলদা ইচম-চম্না তৌরুবা মান্দবগী মমি তারকপনা শ্রীশ্রীগোবিন্দজিগী লাই কোনুংদা রেসিএল দিস্ক্রিমিনেসনগী থৌদোকশিং থোকখ্রিবা ম্যেনলেন্দ ইন্দিয়া থাংজিল্লকপনি হায়দুনা লৌরোইদবগী মরম লৈব্রা? মতুংদা থোকহনগনু অদুগা গোবিন্দজি টেম্পল বোর্দতা মং থলহল্লক্কদবা মায়বা নহা য়াওরদি মনম তৎনবা য়েহৌবা চুমগনি হায়নীংই।

হুইয়েন লানপাউ লিটরেরি ক্যুইজ-২৯

১) ***"থাপ্নরিবা"*** হায়বা লাইরিক অসিগী অইবা কনানো? করম্বা মখলগী লাইরিকনো?

২) **"মপারি লৈরাংতোন্দা শাৎপা শিংলেনতোন্দা পোকপা উনৌ কোন্দেল্ কোন্না হুন্ শলেন্ লাইফাও থিনবা, খোইয়ম লাইপোক শংশংবা চেংলৌ শক্না হেনবা, পুনুং লিন্না ঙানবা, খোইয়ম লাইবু নীংবগী কোলোই মমিংথোংদি বৃষকেতু তৌনা কৌএ। বৃষকেতু ভক্ত ৱারী লমদাংশাংবু হয়া লাওনা শৈথিরক্কে।"** ৱাহৈ পরেংশিং অসি করি লাইরিক্তগী লৌথোকপনো?

৩) বৃন্দাবনলাল বর্মাগী **"মৃগনয়নী'** হায়বা উপন্যাষ অসি মণিপুরীদা করি মমিং থোন্দুনা কনানা হন্দোকপগে?

৪) ***"সীতা বনবাস"*** হায়বা লাইরিক অসিগী অইবা কনানো?

৫) ***"মহাভারতকী শকুনি অমসুং শকুনিগী ৱাশক"*** হায়বা লাইরিক অসি কনানা ইবনো অমসুং করম্বা মখলগী লাইরিকনো?

মথক্তা পীরিবা ৱাহংশিং অসিগী পাউখুম নবেম্বর ১৫,নিংথৌকাবা নুমিৎকী অয়ূক পুং ১১ ফাওবগী মনুংদা পাউচে অসিগী ওফিসতা নৎত্রগা ঈ-মেল ***hueiyenliteraryquiz@gmail.com*** সিদা মেল ওইনা থাবীরকপা য়াগনি। পাউখুম পীবিরকপা/থাবীরকপা মতমদা মিং, লৈফম, মহৈগী থাক অমসুং কন্টেক্ট নম্বর ময়েক শেংনা ইবিরকউ। ৱাহং খুদিংমক্কী পাউখুম চুম্না নৎত্রগা মশীং য়াম্না চুম্না পীবিরকপা মীওইশিং অদুদগী দ্রো ওৎচরগা লাইবক ফবা মীশক অমা খনজগনি। লোয়ননা খল্লবা মীশক অদুদা মনা পীজগনি।

লৌমীশিংগী কাখল

এঙ্খাং-নাপি অমদি হৈ-ৱা হেকপা

ডো: এম থোইথোই সিংহ

অহল-লমনশিংনা তোয়না শীজিন্নবা অমদি থন্বীরম্বা ফজরবা ৱাফমশিংগী মনুংদা পোৎহেক-চাহেক ফজবগী ৱাফম তোয়না য়াওই। চাকখুমদগী থোরক্লগা পোৎ হেকপদা পান্বীদু মশা শোকই/শি হায়নৈ। মনম চেনবা মরূ-মরাং কোকফাই বেক্টেরিয়া য়াওবা মনা-মশিং পায়রু-মল্লুরগা হৌরিবা পান্বীশিং হেকপা/থৎপদা অকায়বা লৈ হায়বসি পূম্নমক্না খঙনৈ। শাগৎলকপগা লোয়ননা হোংলক্লিবা অঙৈং-অশাগী ফীভমসিগা মরী লৈননা পোৎলম কয়া হেকপদা য়াম্না চেকশিন্নীংঙাই ওইরি।

হৌরিবা এঙ্খাং-নাপি অমসুং উহৈ-ৱাহৈ হেক্লবা মতুং য়োন্নবা শেম-শারিঙৈদা নৎত্রগা লৈখ্রবা মতুংদসু লায়না কয়া কনখৎলকপা মরম্না মনা-মশিং পৎ-পুন্সগী চাংসি য়াম্না ৱাংই। মতম অমসুং মফম খেন্নবগী মতুং ইন্না মনা-মশিং হেক্লবা মতুংদা মাঙহনবগী চাংসি চাদা ১০দগী ৩০ ফাওবা য়ৌই হায়না পানৈ। অসুম্না হিংকুপশিং (মাইক্রোওর্গানিজম) না মনা-মশিংবু পত্থহল্লিঙৈ মতমসিদা হুগী মশক ওইরবা মহী কয়া অমসু থাদোরকই। মসিনা পোৎলমশিং অসিবু শীজিন্নবা য়াহন্দে, পোৎলমদুদা য়াওবা মচি ওইবা পোৎলমগী চাং হন্থহল্লি, য়োনবদা শিৎতে, মমল হন্থহল্লি।

হেক্লবা মতুংদা মনা-মশিং, হৱাই-চেঙৱাই, উহৈ-ৱাহৈ মাঙবগী চাংসি খরমখৈ হন্থনবা মাঙলিবা অসিগী মরম খঙদোক্লবা হোৎনবা তঙাইফদে। মনা-মশিং, উহৈ-ৱাহৈ হেক্লবা মতুংদা মাঙলিবসিগী মরম ওইনা খরদং পনবা য়াবদি -

(১) চেকশিন্দনা হেকপা নৎত্রগা তানবা মতমদা থিন্দৎ-খোৎতৎপা অমসুং ককথৎপা নৎত্রগা শোইদৎপদগী মাঙবা।

(২) কোকফাই শুজা অমসুং বেক্টেরিয়ানচিংবা কয়ানা পৎহন-পুমহনবা। হেকপদা শোকখিবা মফম কয়াদসু লায়নাশিং তাশিনবা লায়হল্লি।

(৩) হেক্লবা মতুংদা অঙৈংবা মফমদা থল্লিবনি হায়দুনসু অঙৈং-অশা অমসুং ঈশিং-ঈনিলগী চাং কায়বদগী পৎপা।

(৪) হেক্লবা মতুংদা নুংশিৎ-নুংশা চঙহন্দনা ওমশিনবদগী কাঙলোন চুমদনা মুনশিল্লকপা অমসুং মকু য়াওনা মনুংগী মরূশিংনা ময়োন থোরকপা।

(৫) এঙ্খাং-নাপি নৎত্রগা উহৈ-ৱাহৈশিং অদু করম্বা মতমদা চপ চানা মপূং ফাবনো হায়বদু খঙদনা হেকপদগী ফংফম থোকপা শেনফম য়ৌদবদা নত্তনা মপোপ কায়হন্দনা থম্বা য়াবগী মতম তেল্লি।

(৬) কাঙলোন চুম্না হেক্তবা, খুদম ওইনা ভেলেন্দ্রি অমসুং খামেন্নচিংবা হেকপদা থাঙ, কাটিনচিংবা য়াওদবদগী মসা তেকপা, মহৈদা খামদৎপা কয়া থোকই।

(৭) মতম থিন্থনা হেকপা অমসুং কুইনা লৌবুক্তা থম্বনা পৎপা পূম্বগী চাং হেনগৎলি। খুদম ওইনা - থাউগীদমক থাবা হঙ্গাম পান্বীশিংদা তত্তনা থেংনরি।

(৮) নোং চুরিঙৈ অমসুং হাংবা কুইদ্রিঙৈদা হেকপা নৎত্রগা য়াম্না শারিঙৈ মতমদা হেকপনা থুনা পৎনবগী মরম ওইহল্লি।

(৯) লীদুনা থম্নবগীদমক মশা তাশিলহন্নবা থাবগী কাঙলোন্দা চুমহনগনি।

(১০) অতোপ্পা খুদোংচাদবা খরদং পল্লবদা হেকপগা থুনা ইংথহন্নবা মফম অমসুং খুৎলায় ৱাৎপা, হেক্লবা মতুংদা হীদাক কাপথোক্তবা, হেক্লবা মতুংদা থুনা পুথোক-পুশিন তৌনবা খুদোংচাবা লৈতবা।

মাঙবা হন্থনবা পান্বৈশিং : পান্বীদা তাবা লায়না তীলনাদা নত্তনা হেক্লবা মতুংদা চেকশিনবা হায়বসিসু পোৎলমশিং মাঙবগী চাং হন্থনবা অচৌবা মরম অমা ওইরি। হেকপা নৎত্রগা খাউরবা মতুংদা পৎ-পুমদুনা মাঙলিবা অসি হন্থহনগে হায়রবদি খাউরমদাইদগীনা কৈথেল য়ৌবা ফাওবদা পাঙথোক্কদবা থৌরমশিংদু কাঙলোন চুম্না ঙাকপা তাই। থৌরমশিংদুগী মনুংদা খরদং লৌখৎপা তারবদি মখাগী অসুম্না পনবা য়াই -

ঈশিং পীবদা চাং নাইদবদগী খামেন, হঙ্গাম মুলা, তিলহৌনচিংবা কয়া চেকখায়দুনা মাঙহল্লি। তিলহৌ, চনমগী ওইনদি লোক্কদবা হাপ্তা অহুম ৱাৎলিঙৈদগী ঈশিং চনবা লেপকনি। নাইট্রোজেন হেনবনা মনা-মশিং কুইনা থম্বা য়াদে অদুবু মথৌ তারিবা পোটাসকী চাংদুমক পীরবদি থম্বা য়াবগী মতম শাংহল্লি।

হেন্না মমুন ফারবা পোৎশিং কুইনা থম্বা য়াদে, খরা কুইনা থমগদবা, কৈথেলদা পুথোকপদা মতম চঙগদবা ওইরবদি মুনফাৎত্রিঙৈ হেকপা তাই।

ঈংলিঙৈদা হেকপনা কুইনা থম্বা য়াহল্লি। নুংথিলদা হেকপদগীসু অয়ূক হেকপনা হেন্না ফৈ। শারিঙৈদা হেকপনা খুইজিনবগী চাং থুজিলহল্লি। হেক্লবা মনা-মশিং, উহৈ-ৱাহৈ খুদিংমক য়াম্না থুনা উরুমদা থম্নবা হোৎনগনি। নোং চুরিঙৈদা অমসুং নোং হেক হাংবগা পোৎ চৈ হেকপসি কুইনা থম্বা য়াগন্দে। মসি লায়না থোকহল্লিবা মহীক মতায়শিংনা য়াম্না হৈনবা মতাং ওইগনি।

শারিঙৈদা হেকপা তারবসু য়াম্না থুনা ঈংথহন্নবা হোৎনগনি। হেক্লবা পোৎলমশিংদুদগী অতেক-অকায় য়াওবশিং লৌথোকহৌগনি। মসিনা লায়না তাশিল্লকপদগী খরমখৈ হন্থহনগনি।

হেক্লবা মতুং কুইনা থম্না য়ানবগীদমক হেক্লবা মতুংদা হীদাক কাপ্পা অমসুং হিদাক য়াওরবা ঈশিংদা তিংবগী থবক তৌনৈ। মণিপুরদদি কনানসু তৌনদে। মণিপুরগী মফম কয়াদগী পুথোরক্লিবা মনা-মশিংশিং হীদাক য়াওরমগনি হায়বা ৱাফমসিগী ৱারী তোয়না তাই। মপান লমদগী পুশিল্লক্লিবা হৱাই-চেঙৱাই, হৈ-ৱা কয়াসিদা হীদাক য়াওরমগদবদু খল্লুরবদি মীপাইনিংঙাই ওইগনি। হোস্পিটালদা লৈরিবা অনাবশিংনা চনবনি হায়দুনা পুনরিবা শেম, অঙ্গুরনচিংবা কয়াসি শীজিন্নবদা অফবা ওইগনি হায়বসি থাজদে। মপানগী হৈ-ৱা কয়াদা য়াওরিবা পেষ্টিসাইদ রেসিদুগী চাং পেপর কয়াদা ফোঙনখিবদু থেংনহৌবশিংনদি লমদমসিদা পুশিল্লক্লিবা হৈ-ৱা চনীংবগী চাং হন্থরমগনি। লমদমসিদগী পুথোকপা হৈ-ৱাশিংদা খরা হেন্না থৱায় য়াওশিনমীন্নরবদি শেল থুমগী ৱাফমদা নত্তনা লমদমসিগী মীওই কয়াগী হকচাংসু ফগাৎনবা হোৎনবদা কান্নগনি। ●

মনা মশিংদা ঈশিং চনবা

- এস সুমঙ্গল -

অহিংবা থৱায় পানবশিংগীদি ঈশিংনা থৱায়নি। থৱায় পানবা অমগী অপূনবা মশা অদুগী চাদা ৭০দি ঈশিংনি। শম্না হায়রবদা ঈশিং য়াওদনা থৱায় পানবা অমত্তা হিংবা ওইথোক্তে। ঐখোয়না থারিবা পান্বীশিংসু থৱায় পানবা ঙাক্তনি। মখোয়সু মতম চানা ঈশিং ফংদ্রবদি নিংথিনা হৌবা ঙমদে, ঈশিং ৱাৎতা ৱাৎশিল্লক্লবদি শিখিনি।

থমজনীংলিবা ৱাফমদি ঈশিং য়াওদনা লৌউ শিংউ তৌবা য়াদে হায়বসিনি। লৌউ পান্বী অমা হৌননবা মরূ হুনবা নৎত্রগা চারানা লিংথোক্তুনা থাবা মতমদা ঈশিং চাইদবা শুকয়ামক য়াদে। মরূ হুনদুনা থাবা ওইরগদি পান্বী খেন্নবগী মতুংইন্না ঈশিং চাইদবা য়াদবা নৎত্রগা চাইদ্রগসু লৈবাক্তা ঈনিল মতিক চানা লৈরগদি হৌবা ঙম্বা পান্বীশিং লৈতবদি নত্তে।

ঈশিং চঙদবা য়াদে হায়দুনসু অমুক ঈশিং হেনবা য়াদবা পান্বীশিং লৈতবসু নত্তে। খুদম ওইনা কোবি, হঙ্গাম, হৱাই মঙ্গল, আলু মণিপুরদা মরু ওইনা থানরিবা পান্বীশিং অসি ঈশিং হেনবা হায়বদি নোংমা চূপ্না ঈশিং তুংবদা অয়াম্বনা শিগনি।

চাং চানা ঈশিং চন্নবা পান্বৈ কয়া অমা লৈবশিংগী মরক্তা লায়না শেল ইচঙ চঙদনা পায়খৎপা য়াবা খরা য়েংমিন্নসি।

দ্রিপ ইরিগেসন : পাইপ মচা অশাংবশিং শীজিন্নদুনা খরা ৱাংবা মফমদা থাঙ্গৎতুনা থম্বা টেঙ্কি অমদগী ঈশিং থারক্লগা পরেং নাইনা থাবা পান্বীগী মরানা চাথোক্লিবা শরুকখক্তংদা পাইপশিং অদুদা মখুন হুৎলগা থিংদোক থিংজিন য়াবা নিপ্পল হায়না খঙনবা মেছিনগী মতেংনা ঈশিং পীনবা সিষ্টম অমনি।

স্প্রিনক্লর ইরিগেসন: ঈশিং পম্প অমনা চিংলকপা ঈশিং অদু চানবা অকক্লনা শারকপা ঈশিং য়ুদনবা ভল্বশিং হাপ্তুনা শারকপা পাইপশিং মথং মথং শমজিন্নদুনা ঈশিং চাইননবা শেম্বা সিষ্টম অমনি। পাইপশিং অদুদা পানবা মখুলশিংদা নিংথিনা য়ুংনা হুকচিন্দুনা লেপহনবা য়াবা মখোক পানবা, নোজলশিং পানশিন্দুনা চিংখৎলক্লিবা ঈশিংগী শাফুনা নোজলদা য়ৈদুনা ঈশিংদুবু চাইথোকপগা লোয়ননা নোজল অদু লৈ লৈদুনা চাইথোরক্লিবা ঈশিংশিং অদু নোং চুবগুম চাইথোরকপদা থুংলিবা মফমশিং অদুদা ঈশিং চাইবগী মওংনি। মসিগী পান্দমদি তারক্লিবা ঈশিংগী চাংগা লৈবাক্না চুপশিনবা ঙম্বগী চাংনা হেলহন্দুনা অরেম্বদা ঈশিং চাইথোক্তুনা চেন্থদুনা মাঙহন্দবগা লোয়ননা তারক্লিবা ঈশিং খুদিংমক লৈবাক্তা চুপশিনহনবনি।

হায়রিবা সিষ্টম অসিদদি চবাক ওইনা হুনবা নৎত্রগা থাবা লৌফমশিংদা শীজিন্নবনা ঈশিং অরেম্বদা মাঙদবা হেল্লি। পান্বী হৌদবা মফম য়াম্না হাঙনা হাঙনা লৈবা মফমদদি অরেম্বদা ঈশিং মাঙবগী চাং ৱাংই। লোয়ননা লৈবাক লৈশা খেন্নবগী মতুংইন্না তারক্লিবা ঈশিংনা ইঞ্চি কয়া লুনা চঙলবা মতুংদা ঈশিং চাইবা লেপকদগে হায়বা খঙলবদি হেন্না কান্নবা ফংগনি। হেনজিন্না চাইবগীসু কান্নদে। ৱাৎনা চাইরগনা ঈশিং লৈবাক মনুং য়ৌনা মরানা তারিবা মফম ফাওবা য়ৌবা ঙমদদুনা থেন্না য়ৌরিবা মফম মথকলোমদা মরা কাখৎলক্তুনা মচিঞ্জাক নিংথিনা মপূং ফানা ফংবা ঙমদে লোয়ননা চাথোক হন্থে।

কনা কনাগুম্বনা ৱাটর পম্প মচা তুলুগুম্বা শীজিন্নদুনা পাইপ মচিন্দা চেৎনা পায়শিল্লগা ঈশিং চাইনবা হোৎনবা থেংনৈ। মসিগী থৌওং অসিদা ঈশিং অরেম্বদা চেন্থদুনা য়াম্না মাঙবা হেল্লি। লৈবাক য়ৈশিনবগী চাংসু য়াম্না মাঙবা হেল্লি। লৈবাক য়ৈশিনবগী চাংসু য়াম্না ৱাংই। ঈশিং চেন্থবগা লোয়ননা লৈবাক লৈহাও চেন্থদুনা লৈহাও মাঙবদা নত্তনা খোংবান্নচিংবা ফুনজিল্লকপগী খুদোং চাদবসু থেংনৈ।

ৱ্যেন গন : মমীংনা তাকপগুম ঈশিং কাপ্লবা নোংমৈগুম্বা সিষ্টম অমনি। পান্বী থারিবা মায়কৈ য়েংদুনা ঈশিং ৱাংনা কাপখৎলগা নোং চুবগুম পান্বীদা ঈশিং চাইবগী মওংনি। মসিগী পান্দমসু পান্বী খুদিংনা হৌবা মফমদা স্প্রিনক্লর ইরিগেসন্দা তৌবগুম ঈশিং লিক্লা শীজিন্ননবা মওংনি।

সিষ্টমশিং অসিদা পান্বীদা মচন চানা য়াল্লবা হার মখলশিং পাইপলাইনশিংদা ইঞ্জেক্টর মখলশিং শীজিন্নদুনা পান্বীশিং অদুগী অচংবা চাংদা ঈশিংগা লোয়ননা পান্বীদা হাপ্পগী খুদোংচাবসু অদুমক লৈ।

মথক্তা থমজরিবা সিষ্টম অহুমসিদগী চঙগদবা য়েংদুনা লৈঙাক্লা পায়খৎলিবা প্রোগ্রাম কয়াদা য়ৌরিবা অমদি পীরিবা খুদোংচাবা লৌবীদুনা ঈশিং লিক্লা টেঙ্কি মচা অমা নৎত্রগা পুখ্রি মচা অমদা লৈরিবা ঈশিং শীজিন্নদুনা পান্বী থাবগী হৈনবী থমদুনা মমল য়াল্লবা ঈশিংবু লিক্লা শীজিন্নবা তল্লসি। ●

তুং কোয়না শীজিন্ননবা শজিক লীদুনা থম্বা

সরাংথেম জেসমারানি

লমদমসিদদি শা-ষণশিংদা পীজনবা মফম খরদনা শজিক মরাং কায়না ফংলি অদুগা মফম খরদনা শজিক ফংদবগী অৱাবা অমা ওইরি। অমরোমদনা নোংজুথা মতমদনা অমুক শজিক মরাং কায়না ফংবা অদুগা নিংথমথা মতমদনা শজিক্কী অৱাবা অমুক লৈরকপা য়াওরকই। অসিগুম্বা মতমসিদা শজিকশিংসি শিল্লগা শেম্বীবা নৎত্রগা শজিক অকংবা ওইনা থম্বীবা য়াই।

শজিক কংহনবা মতমদসু শজিক্কী মখোক অকনবা খুদম ওইনা হায়রবদা চুজাক্কী মখোক, চানাগী মখোক অসিনচিংবশিং অসি কনবনা মরম ওইদুনা কংবা ৱাৎলি। কংনবা হোৎনবদা মতম কুইনা চঙই। অথোৎপা মখোকশিং খুদম ওইনা হায়রবদা হুপ, ওট, কবো নাপী, তুজোম্বী অসিনচিংবা কয়া অসি কংহল্লগা থম্বীবা য়াই।

শজিক অকংবা হায়রগা কক্লিবা শজিক খুদিংমক শজিক্তা য়াওরিবা মনিলগী চাংসি হন্থহল্লগা কংহনবদুবুনি। মসি কংলিমতিক কোকফাই শুজা কাবগী চাং হন্থহনগনি অমদি কুইনা লীবা য়াই। কংহন্নবা কক্কদৌরিবা শজিকশিংগী ন্যুট্রেন্ট কয়া অমা মাঙদনবা মপূং মরৈ ফাবগী মতমদসু মখা পোল্লি। ঙন্না শজিক কক্লগদি ন্যুট্রেন্ট কয়া অমা য়াওবগী মশীং য়াম্মী অদুবু পোখোক্তি ৱাৎলি অদুগা থেংনা কক্লগদি ন্যুট্রেন্টকী চাং হন্থরগসু পোখোক হেন্না ফংই অদুবু অয়াম্বনা মপান লাক্লমদাইদা শজিক অকংবা শেম্নবা ককথৎপগীনি।

অফবা অকংবা শজিক্কী মগুণ :

☞ মতম চানা শজিকশিং কক্লগা কংহল্লগদি ন্যুট্রেন্ট ময়াম অমা ফংবা ঙম্মী। অদুবু থেংনা শজিকশিং কক্লগা শেন্নগদি শজিক্কী মখোকশিং কংশিল্লকপদা নত্তনা মরূ/মহৈ পানবদা ন্যুট্রেন্ট ময়াম অমা মহৈদা চৎখি।

☞ অফবা মখলগী শজিক অকংবা ওইরগদি অকংবা পান্বীদুগী মনাশিং মশাদা তেক্তা কায়দনা লৈগনি। পান্বীগী অয়াম্বা ন্যুট্রেন্টশিং মনাদা লৈ। মনাশিং মখোক্তগী কেনখ্রগদি ন্যুট্রেন্ট ময়াম অমা মাঙগনি।

☞ অকংবা শজিক্কী মনাশিং শংদুনা অদুম লৈরগদি মদু অফবা শজিক অকংবনি। মনাশিং কংহন্নবা হোৎনবদা অকংবা ময়াম অমা মাঙই।

☞ কংহনবা মতমদসু অথোৎপা মখোক/পান্বীনা ওইরগদি শা-ষণশিংনা চাবদা মহাও লৈনা চাবা ঙমহল্লি।

☞ অকংবা শজিক শেম্বা মতমদা অতোপ্পা মখলগী চাবা য়াদবা পান্বী য়াওহনলোইদবনি।

☞ অকংবা শজিক্তা য়াওরিবা মনিলগী চাংসি চাদা ২০-২৫ ফাওবা লৈগনি। মনিলগী চাং ৱাংলগদি পত্থ-পুমথরকপগী চাং ৱাংনা লৈগনি।

☞ শজিক কংহনবা মতমদা উফুল-ৱাইফুল পকহনবীরোইদবনি অমদি নুংশিবা মনম চেলহন্দুনা মহাও লৈহনগনি।

শজিক অকংবা শেম্বা :

☞ অকংবা শজিক শেম্নবগীদমক থাগদৌরিবা মফমদু লৈবাক লৈহাও নিংথিনা ফবা ওইগনি। থাগদৌরিবা মরূদুসু মফমদুগী মতুং ইন্না হুনগদবদুদগী হেন্না হুনবীগনি। মসিনা হৌবতা নত্তনা মখোকসু থোৎনা লৈগনি।

☞ শজিক ককপা লোইরগা কংহনবা মতমদা শজিক্তা য়াওরিবা ন্যুট্রেন্ট ময়াম অমা মাঙদনা লৈহন্নবা হোৎনবীগনি অমদি মনিলগী চাংসু কা হেন্না য়াওদনবা অমদি অহেনবা মনিল য়াওরগদি পত্থ পুমথহনবগী অচৌবা মচাক অমা ওইহল্লি। কংহনবা মতমদা মনাশিংদু কেন্দনবা হোৎনবীগনি। মনাদা প্রোটিনগী চাংসি চাদা ৭০ দগী হেন্না য়াওই অমদি কেরোটিনগী চাংসু চাদা ৯০গী মথক্তা য়াওই।

☞ কংহনবা মতমদসু ন্যুট্রেন্ট খরদি অদুম মাঙখি। অদুবু কংহনবা মতমদা মৈশা হেন্না পীবা নৎত্রগা মনিলগী চাংসি হন্থনা লৈত্রগদি মসিদসু ন্যুট্রেন্টগী চাং হন্থহল্লি। নোংজু থা মতমদসু নোংনা মরম ওইদুনা ন্যুট্রেন্ট ময়াম অমা মাঙহল্লি। কংহনবা মতমদা মনা শংলিমখৈ কেরোটিনগী চাং ৱাংনা য়াওবগী শক্তমনি।

☞ শজিকশিং কংহনবা মতমদা কংই কংদে খঙননবা অরায়বা মওং অমদা কংহনলিবা পান্বী অমা লৌবীরগা য়োৎপী অমনা মখোক্তু হুইগৎ হুইথা তৌবা মতমদা মখু কোনলকপা তারগদি মদু কংবা য়ৌদ্রিবনি হায়না লৌবীগনি অদুগা অতোপ্পা অমনা পান্বী খরা লৌরগা খুবাক্তা হাপ্লগা শুরু শুরু নৈবা মতমদা মহি খরা থোকপা উরগদি মদুসু মনিলগী চাং ৱাংনা লৈরি হায়না লৌবগা লোয়ননা খরা শাংনা কংহনবীগনি।

☞ কংবা লোইরবা তুংদা মফম চানা পুল্লগা শা-ষণশিংদা পীজবীগনি।

কংহনবগী মওং :

ক) থারিবা মফমদুদা কংহনবা - শজিকশিং ককপা লোইরবা তুংদা অমুক মফমদুদা অদুমক কোনশিল্লগা থম্বীগনি। শজিক ককপগী মতম অমদি লিক্লা তাশিনবনা ক্বালিটিদা অশোয়বা য়াওরকই। কক্লবা শজিকশিংদু মপূন মপূন পুল্লবা তুংদা নিংথিনা কংহনবসু য়াই। অদুবু কংহনবগী মতমদা মনাশিং কেনবগী চাং য়াম্না ৱাংই অমদি কংহনবা মতমদা কেরোটিনগী চাংসু হন্থহল্লি অমদি মনিলগী চাংসু চাদা ৪০ দুমক লৈগল্লি। অসিগুম্বা শজিক কংলি কংলি লাওরবসি মকোন মকোন কোনশিন্দুনা অমুক মখা তানা কংহনবীগনি।

খ) শা-ষণগী মকোন্দা কংহনবা - কাবক কাবক কংলবা শজিকশিং মকোন মনুংদা শগাই শারগা থমদুনা কংহনবীবসু য়াই। মসিদা নুমিৎ ৭-১৪ ফাওবা নুংশিৎনা কংহনবদা চংই। অসিগুম্বা অকংবা শজিকশিং অসি শংদুনা অদুমক লৈ।

গ) খূৎশেমগী কংহনবা - খূৎশেমগী অশাবা নুংশিৎ শীজিন্নদুনা শজিক ময়াম অমসু কংহনবা য়াই। অদুবু মসি য়াম্না চাউনা তৌরগদি কান্নবা কয়া ফংদে।

ঘ) মতুম তারগা শেম্বা - শজিক ময়ামসি মতুম তানবা মেছিন্দা মতুম মতুম তারগা কংহনবা য়াই। মসিনা পুথোক পুশিন তৌবদা মতম চংহন্দে, থবক তৌশিনবগী মী মশীং হন্থহল্লি, ন্যুট্রেন্ট হন্থহন্দে, উফুল-ৱাইফুল কয়া পক্তে।

মতম চানা শজিকশিং কক্লগা কংহনহৌরগদি তুং কোয়না মতম শাংনা শজিক ৱাৎলকপা মতমদসু পীজবীবা য়াই অমদি শজিক ফংদবা মফমদসু পুরগা পীজবা য়াই। ●

পাউচে অসিদা ফোঙজরিবা ৱারেংশিং অসিগী ৱাখল, মীৎয়েং অইবা মশা মশাগীনি। পাউচে অসিগী ৱাখল্লোন অমসুং মীৎয়েংগা থোইদোক্না মরী লৈনদে।