মীতৈ ইপা ইপুনা থম্বীরম্বা থাঙ-তাগী শাজেল কাঙলোন অসিদসু চাম্মগী মথক্তা লৈ ঃ মোইরাংথেম রাজেন

থাঙ-তাদা মিৎয়েং অমা | রত্নেশ্বরি গোশ্বামী

মোইরাংথেম রাজেন
থাঙ-তাগী গুরু (পাহুলাশি)

মহাক্কী শান্নরোয়শিংনা মায় পাক্তুনা হল্লকপগী নুংঙাইরবা মিৎকুপ অমা

হান্নগী মখা...

থাঙ-তা ফজনা মশক খঙনা শান্নগে হায়রবদি লিচৎ-শাজৎ চুমদবা য়াদে। মীওইবগী পুন্সিরোলগা মরী লৈনবা কয়া লৈবনা হেক হৌবদগী ওজা গুরু মশক খঙনা খোঙথাং চুম্না থাংদবা য়াদে। অম্মম-অঙান শিন্নরকপা, চীংখৈ ফিদুপ হুল্লকপা মতমদা চীংখৈ ফিদুপ অহুমগী মওংদা ফল্লগা লাইনিংথৌ সনামহী, ইমা লৈমরেল শিদবী (য়ূমলাই) বু পূক্লিংদা চেৎনা থাগোন্নজরগা ৱাখল অনী লোংদনা খুরুমজগনি। লাইনিংথৌনা তাইবঙ হকচাং নুংদা লৈরিমখৈ অচঙবা মী হায়বদু ওইরিবনি। মহাক্কা কায়দোং হোংখিবা নুমিৎতা তাইবঙ মীওইবা ঐখোয়গী শামু হকচাং অসিসু পুন্সি চেংজেল লোইবা হায়বদু ওইগদৌরিবনি। অদুগা তৌরু তৌরুবা থবক খুদিংমক মায়পাক্লা চঙশিনবা ঙম্ন নবা নিতি নিয়ম খরসু ঐখোয় ঙাক্লা চৎপা তাবনি।

শাজেল তৌবা হায়বসিদি তাইবঙপান্দা লৈরিবা জীব পানবা পূম্নমকসু লোইনা তৌই। মশা-মউ ফনা, অনা অয়েক য়াওদনা হকচাংবু নুংঙাইনা থম্ননবা শাজেলদি তৌদবা য়াদবনি। মীওইবতা নত্তনা শা-ঙা, হুই-হৌদোং, ঙানু-য়েন, উচেক-ৱায়া, জীব পানবশিং অসিসু তিংলি য়াংলিদুনা, মশা খপ্তুনা মশাবু নুংঙাইহঞ্জনবা শাজেল তৌরিবনি। মালেমগী ওইনা পুন্সি নুংশাংনা হিংখিবা মীওই পূম্নমক নিতি চুম্বা, লমচৎ শাজৎ ফজবা, ঙাকফম থোকপা কয়া ঙাক্লা চৎখিবা ঙাক্তনি। পুন্সি শাংনা হিংখিবা মীওইশিংগী মনুংদা রুসিয়াগী ঈ সি ৱিল্লিয়ম চহী ১৭৫ পুন্সিখিবগী ৱারী লৈরি। অসিদসু নত্তনা মালেসিয়াগী ওমার অবাসসু চহী ১৪১ হেন্না পুন্সিদুনা লৈবাক্তুগী খ্বাইদগী মশা-মউ ফবা মীওই অমনি হায়না শিংথাদুনা কুমজা ১৯৯৯ দা মনা মথুম পীদুনা ইকায়খুম্নবা উৎখি। মীতৈগীসু চৈথারোল কুম্বাবনা পীবা রিপোর্টতা মণিপুরগী অহানবা নিংথৌরেলনি হায়না শিংথানরিবা মৈদিংঙু নোংদা লাইরেন পাখঙবা চহী ১২০ পাল্লম্বগী লিখুল পীরি। তশেংনা পুন্সি নুংশাংনা তিঞ্জেল লাইজেন্দনা হিংবা হায়বসি মশা মউ ফৎত্রবদি খক ওইথোক্লোই।

অমরোমদা থাঙ-তাগী শাজেল ফজনা হৈরকপা মীশক অমদদি অনা অয়েকনা কৈদৌনুংদা লায়না চঙলকপা ঙম্লোই। শ্বর শাজেলদগী হৌরগা থাঙ-তাগী শাজেল অসিদা তোঙান তোঙানবা মখল ১০০ হেন্না লৈ। লেপ্পগা তৌগদবা শাজেল মখল, ফল্লগা তৌগদবা শাজেল, হীপ্পগা তৌগদবা শাজেলসিদা তোঙান তোঙানবা কয়ামরুম লৈখ্রে। লাইওইখ্রবা ইপা-ইপুনা শান্নবীরম্বা শাজেল মখল খরদি ঙসি ফাওবা মাঙবা লৈতনা শান্নরি। অহানবদা চীংখৈরোল, য়েনগাও, খোঙগ্রাই অচৌবা, খোঙগ্রাই মতেক, সেবোটি, নোংশা ফিরেপ, তাগী শাজেল, ফৈগলগী শাজেল, খুবোমগী শাজেল, পাম্নোমগী শাজেল, খ্বাঙ লৈবী, ফৈগলমরু লৈবী, খোঙজেং লৈবী, খোঙ ৱাংনা হাইগৎপী, খোঙ শেৎপী পুক্কী শাজেল, খুনু চোংবী, পৌ কাবী, য়াঙ য়ুংবী, চেক্লা পাইবী, খোঙ নাম্মা থাঙ্গৎলগা ফম্বা, উপ্পা তাবী, লোংনা তাবী, চেপ্পা তাবী, উপ্পা হাংমৈ খুদোং ওনবী, লোংনা ওনবী ... অসিনচিংবনি। মী ওইনা পোক্লগা শাজেল অমত্তা তৌদ্রবদি হকচাংগী তোংশাশিং মপাঙ্গল হন্থরকই। অদুগা মীওইবা ঐখোয়দি শাজেল চাং নাইনা তৌবগা ইরোইননা মতম মতমগী মনা-মশিং, উহৈ-ৱাহৈসু চাগদবনি। দরকার লৈবা চিঞ্জাকসু মীওইবা ঐখোয়দি চাবা তাবনি। শাজেল তৌবনা হকচাংবু মতম চুপ্পদা খিং খিং লাওনা থম্বা ঙমহল্লি। হকচাং থোৎ নৌদ্রবদি ফুন কাংলোন থাঙ-তাগী ওইবা মশান্না অমত্তা নিংথিনা শান্নবা ঙম্লোই। শা লানগী খোঙলোন, খূৎলোনগী মহৈ তন্থদা খক মপূং ফারোই। হুগী মশক ওইরবা হুমাং নোংমদা পুংখায় অমা তাহল্লবদি, মীওইবা ঐখোয়দা ঈশিং পুকচৎকী লায়না চঙলকপা ঙম্লোই। হকচাং শাজেল চাং নাইনা তৌবনা হকচাংগী শীংলি-নাওরি তোংশা পূম্নমকপু চপ মান্ননা চাওখৎহল্লি। অদুগা শাদোংশিংনা তাশিন-খোমজিন্দুনা মপাঙ্গল কন্না লৈহনবা ঙমহল্লি। শীংলি-নাওরিদা চেল্লিবা ঈগী ঈচেলসু খোঙজেল কনখৎহন্দুনা মী অমদা মতিং মথৌনা লৈহল্লি। থম্মোয়, ফিরাক, তাং-তাংগী শীংলি-নাওরি, শরু শয়াং অদুগা তোংশাশিংবু অনা অয়েক লৈহন্দনা পূক্লিং ৱাখল শোন্থহন্দনা নুংঙাইনা হিংহনবদা চাওনা মতেং পাঙবা ঙম্মী। চৎপা অমদি চোঙবা ফনবদা শাদোং অসিনা চাম্মগী মনুংদা তঙ্খায় অমদি মরু ওইনা শীজিন্নৈ। অদুগা চাম্মগী মনুংদা মরিফুনা শরু শয়াংনা মপূং ওইনা শীজিন্নৈ। শাজেল কাংলোন্না পূক্লিংগী পাঙ্গল হাপ্পী, অখাঙ কনবগী থৌনা লৈহল্লি। শাজেলশিং অসিগী মনুংদা হকচাংগী ওইনা তৌবা, পূক্লিং ৱাখলতগী ওইনা তৌবসু য়াই।

শাজেল কাংলোন হায়বসি থাঙ-তাগী ওইনদি য়াওদবা শুকয়া য়াদে। অমরোমদা, মীতৈগী ইপা ইপুনা থম্বীরম্বা শাজেলশিং অসিগী মনুংদা চফম তানবা শাজেল ফাওবা থম্বীরম্মী। লৈবাক নিংথৌ পাল্লিঙৈ মতমদদি মীতৈ য়ূমথোং খুদিংদা লৈরিবা ইনখৎলকপা নহাদগীনা মীয়ায় চল্লকপা মতাং ফাওবদা লৈবা নুপাশিং মশা মউ ফনা থমদবা য়াদবগী চৎনবীসু লৈরকই। লাল্লুপ পুবগী চৎনবী লৈরম্বা, নুপাশিংসু লাল্লোই লোইনা ওইরকপনিনা শাজেল তৌবা হায়বসি তঙাইফদবা অমা ওইরকপগী ৱারীসু লৈরি। চাক ফজনা পুক পেন্না চাশিল্লুরবসু শুপ্প গী মিনিট খরদা চফম তানবা চোঙ ফনবা য়াওদনা শাজেল তৌবা য়াই। শাজেল মখলসি চাক হেক তোকপগা খোঙকাপ ১০০ পঙকন কন্দনা চৎকনি। অদুগা খোঙকাপ ১০০ দু তুং অমুক হল্লগা চৎকনি। মদুগী মতুংদা লাই খুরুম্বগী মওংদা ফল্লগা মিনিট ১৫ রোম শ্বর শান্নদুনা তুমিন্না লৈবদা, চফম তাবা হায়বদু ওইগনি। হায়রিবা শাজেল কাংলোন কয়াসি পাহুলাসিগী গুরু অমা ওইনা ঐগী অঙাংশিংদদি মপুং ফানা তন্বী।

-মথং-মথং

হুইয়েন লানপাউ স্পোর্টস ক্যুইজ –১১

1. ক্রিকেট টেষ্ট মেচ অমদা হেদ ত্রিক অনী ফংখিবা অহানবা নিপা অদু কনানো?
2. অহাংবা মফম অসি করিনা মেনশিনগনি। শামু খূৎনা ফংনা পায়নদুনা ..... লেংফাই চল্লগা মুক্লা শান্নসি।
3. নুপাগী ওলেম্পিক্তা লংলিবা দিক্কস অসিগী খ্বাইদগী থাবা মফমদি ময়াইদনি। মসি খ্বাইদগী হেন্না মিলিমিটর কয়া য়াম্না থাবা ফাওবা য়াবগে?
4. কাঙ শান্নবগী কাঙ কাপ্পদা ফল্লগা কাপ্পী। মতায়দা কাপ্লিবা শান্নরোয় অমনা মনুংগী কাঙখুল অমদা কাপ্পা চঙলক্লবদি মহাক করম্না ফমগনি?
5. **How Soccer explains world** হায়বা লাইরিক অসি কনানা ইবগে?

মথক্তা পীরিবা ৱাহংশিং অসিগী পাউখুম জুলাই ১৫, ইরাই নুমিৎকী অয়ূক পুং ১১ ফাওবগী মনুংদা পাউচে অসিগী ওফিসতা নৎত্রগা hueiyensportsquiz@gmail.com দা 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।

য়ু এসনা রিও ওলেম্পিক গেমসতা শরুক য়াগদবা এথলেট মেম্বর ১২৬ কী মমিং লাউথোকখ্রে

লোস এঞ্জেলস, জুলাই ১৩ঃ

লাক্লিবা ওগষ্ট ৫ দগী রিও দি জানৈরোদা পাঙথোক্কদৌরিবা রিও ওলেম্পিক গেমসতা শরুক য়াগদবা য়ু এস এগী ট্রেক এন্দ ফিল্ড স্কাদ মেম্বর ১২৬ কী মমিং লাউথোকখিবগা লোয়ননা টিম অসিদা দিফেন্দিং ওলেম্পিক চেম্পিয়ন মঙাসু য়াওরে।

কুমজা ২০১২ দা পাঙথোকখিবা লন্দন ওলেম্পিক্সকী গোল্ড মেদলিষ্ট অষ্টোন ইটোন (দেকাথলোন), এলিসন ফেলিক্স (মিটর ৪০০ অমদি মিটর ৪ X ৪০০ রিলে), ব্রিটনি রিজি (লোংজম্প), খৃষ্টিয়ন টেলর (ত্রিপল জম্প) অমদি জেন শুর (পোল ভোল্ট) সু য়ু এস টিমদা য়াওরে।

ইটোননা কুমজা ১৯৮৪ দা ব্রিটেনগী দেলে থোমসননা মায় পাক্লা মেদল লৌখিবা অদুগুম রিও ওলেম্পিক্সতা দেকাথলোনগী গোল্ড মেদল লৌননবগী পান্দম থম্লি।

য়ু এস এগী টিম অসিদা হৌজিক ৱর্ল্ড চেম্পিয়ন ওইরিবা এথলেট মঙা অমদি মমাঙগী ওলেম্পিক গোল্ড মেদলিষ্টশিং য়াওরি। মখোয়গী মনুংদা স্প্রিন্টর জষ্টিন গাটলিনসু য়াওরে।

মশাগী চহী ৩৪ শুরবা অমদি কুমজা ২০০৪ গী এথেন্সতা পাঙথোকখিবা মিটর ১০০ গী লমজেলদা টাইটল লৌখিবা এথলেট অসিনা হন্দক্তা পাঙথোকখিবা য়ু এস ওলেম্পিক ত্রাইএলদা ৯.৮০ সেকেন্দ চেন্দুনা চহী অসিগী ওইনা মিটর ১০০ দা খ্বাইদগী য়াংনা চেনবা প্লেয়র ওইখিবনি।

গাটলিননা মিটর ১০০, ২০০ অমসুং মিটর ৪ X ১০০ তা রিও ওলেম্পিক্সতা শরুক য়াগনি। অদুগা টিম অসিদা য়াওরিবা এথলেট ৮৪ দি মখোয়গী অহানবা ওইনা ওলেম্পিক্সতা শরুক য়াবা ওইরি।

অমরোমদা য়ু এসকী য়ুজেনদা হৌখিবা নোংমাইজিং নুমিৎতা পাঙথোকখিবা লৈবাক অদুগী ওলেম্পিক ট্রাইয়েলদা গাটলিননা মিটর ১০০ গী লমজেলদা চহী অসিগী ওইনা খ্বাইদগী য়াঙনা চেনবা এথলেট ওইদুনা রিও ওলেম্পিক্সকী ক্বালিফাই ওইখিবনি।

অমরোমদা নুপীগী মিটর ৪০০ গী লমজেলদা অলিসন ফেলিক্সনা মহাক্কী অশোকপা লৈনা লৈনা চেন্দুনা খ্বাইগী মকোক্তা লৈবা ঙমখিদুনা রিও ওলেম্পিক্সকী কোটা ফংখি।

য়ুজেনগী হেৱার্দ ফিল্ডদা পাঙথোকখিবা মিটর ১০০ গী ইভেন্ট অদুদা গাটলিননা ৯.৮৩ সেকেন্দ য়াঙনা চেন্দুনা লমথুংফম য়ৌখি। নহা ওইরিবা ট্রেভোন ব্রোমেলনা ৯.৮৪ সেকেন্দ অমদি মার্ভিন ব্রেশিনা ৯.৯৮ সেকেন্দ চেন্দুনা মথংশিৎনা অনীশুবা অমদি অহুমশুবা মফম কনখিবনি।

নাকল অমরোমদা মশাগী চহী ৩৪ শুরবা অমদি কুমজা ২০০৪ গী ওলেম্পিক চেম্পিয়ন গাটলিননা জমাইকাগী উসেন বোল্টকা রিও ওলেম্পিক্সতা লম্বা তৌনবা শেম শাবা হৌখ্রে। গাটলিননা দোপিংগী মরালদা অনীরক অথিংবা মায়োক্লদুনা লাকখি। অদুবু মহাক্লা মহাক্কী লৈবাক্কী পাঙথোকখিবা ওলেম্পিক ট্রাইয়েলদা মশক থোক্লা চেন্দুনা মীয়ামদা মহাক্কী তৌবা ঙম্বদু উৎখিবনি।

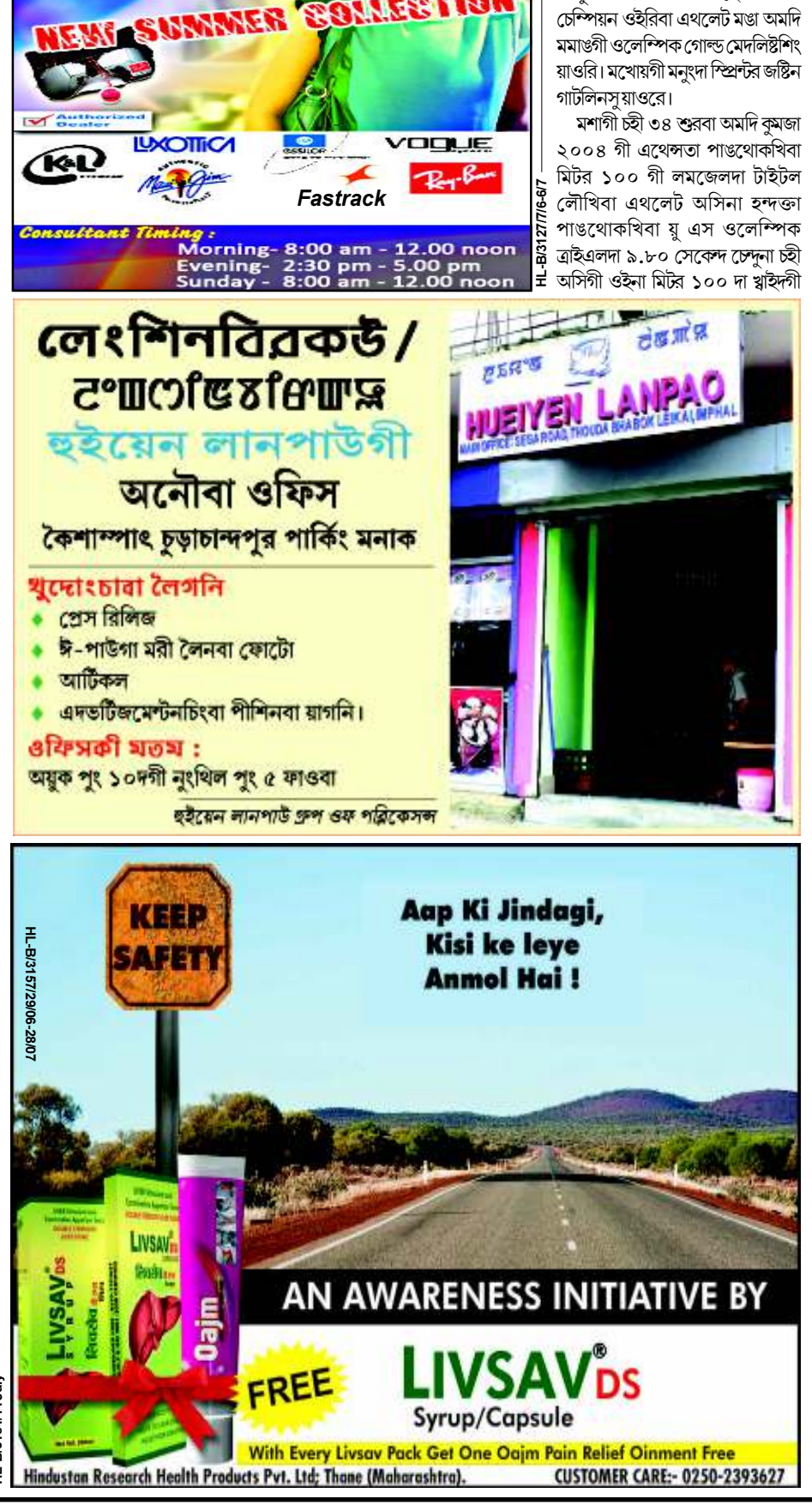
গাটলিননা হায়খি, চৎলিবা চয়োল অসিদা মিটর ২০০ গী লমজেলদা শরুক য়াখিগনি। মসিগী মতুং মখা তানা ওলেম্পিক্সকী মাঙওইননা কম্পিটিসন অমত্তদা শরুক য়াররোই হায়খি।

নুপীগী মিটর ৪০০ গী লমজেলদা অলিসন ফেলিক্সনা সিজন অসিগী খ্বাইদগী য়াঙনা চেনখিদুনা লাক্লিবা ওলেম্পিক্সতা মিটর ৪০০ অমদি ২০০ গী ইভেন্টতা শরুক য়াগনি। চহী অসিগী এপ্রিল থাদা থোকখিবা এক্সিদেন্ট অমদা মশাগী মখোঙদা শোকখিবী অলিসন ফেলিক্সনা চহী অসিগী খ্বাইদগী য়াঙবী ওইনা ৪৯.৬৮ সেকেন্দদা চেনখি।

মশাগী চহী ৩০ শুরবী লোস এঞ্জেলসকী অলিসন ফেলিক্সনা কুমজা ১৯৮৪ দা য়ু এসকী ভালেরি ব্রিস্কো হুক্স অমদি কুমজা ১৯৯৩ দা ফ্রেঞ্চকী মেরি জোস পেরেক্কী হেক মথংদা ওলেম্পিক গেমস অমদা মিটর ২০০ অমদি মিটর ৪০০ গী লমজেলদা গোল্ড মেদল লৌবা ঙম্বী মালেমগী অহুমশুবা নুপী এথলেট ওইনবা পান্দম থম্লিবনি। অলিসন ফেলিক্সনা মিটর ২০০ অমদি মিটর ৪০০ দা মথংশিৎনা ওলেম্পিক্স অমদি ৱর্ল্ড চেম্পিয়ন ওইরিবনি।

নুপাগী মিটর ৪০০ গী লমজেলদা লাশোন মেরিটনা ৪৩.৯৭ সেকেন্দ চে দুনা কুমজা ২০০৮ গী বৈজিং ওলেম্পিক্সতা লৌখিবা গোল্ড মেদল অদু অমুক হন্না লৌনবা মিৎয়েং থমখ্রে। সিজন অসিদা মিটর ২০০ অমদি ৪০০ গী লমজেলদা মেরিটনা খ্বাইদগী য়াঙনা চেনবা এথলেট ওইরিবনি।

HL-B/3127/7/16-6/7



HL-B/3157/2906-28/07

HL-B/3184/14.July

Digital India
Power To Empower

NPS TRUST National Pension System Trust
Regulated by PFRDA

অথুবা অমসুং অরাইবা লম্বীনি

Enter

টেন্সন লৈতবা পেন্সনগী

enps
http://enps.nsdl.com

পাম্বে অনীদা ওনলাইন্দা এন পি এস একাউন্ট হাংউ

- নহাক্কী অধার কার্দ শীজিন্নদুনা খুদক্তা একাউন্ট হাংবা
- নহাক্কী বেঙ্ক একাউন্টগী অকুপ্পশিংগা লোয়ননা নহাক্কী পান কার্দ শীজিন্নবা।

ঈ এন পি এসকী মখাদা রেজিষ্ট্রেসন তৌবা ঃ

এ) হৌজিক অধার নম্বর অমসুং য়ু আই দি এ আইদগী ফংবা ও টি দি শীজিন্নদুনা নহাক্লা নহাক্কী প্রান একাউন্ট ওনলাইন্দা হাংবা ঙম্লগনি। মসি তৌবসিনা নহাক্লা নহাক্কী প্রান খুদক্তা জেনরেট তৌহনগনি অমসুং ওনলাইন্দা কনত্রিব্যুট তৌবা য়াগনি।^

বি) নহাক্লা নহাক্কী প্রান একাউন্ট অদু পান অমসুং খল্লবা বেঙ্ককী নেট বেঙ্কিং শীজিন্নদুনসু ওনলাইন্দা হাংবা য়াগনি। মসিগী কেস অসিদা কে ৱাই সিগী ভেরিফিকেসন অদু খল্লবা বেঙ্ক অদুনা পাঙথোক্কনি। বেঙ্কনা কে ৱাই সি ফেরিফিকেসন তৌরবা মতমদদা প্রান এক্টিভেট তৌগনি। ^

^নহাক্লা ফিজিকেল ফোর্ম অদু প্রানগী এলোটমেন্ট ফংবা তারিখতুদগী নুমিৎ ৯০ নিগী মনুংদা সি আর এদা সবমিট তৌগদবনি।

PFRDA/27/MED/07/06-eNPS-05

ঈ-এন পি এসকী মরমদা হেন্না খঙনবা www.npstrust.org.in দা ঐখোয়বু ভিজিট তৌবীয়ু, টোল ফ্রী ওইবা নম্বর ১৮০০-১১০-৭০৮ দা ফোন তৌবীয়ু নংত্রগা ৫৬৬৭৭ তা এন পি এস এস এম এস তৌবীয়ু * ষ্টেন্দার্দ চার্জশিং তৌগনি

nps national pension system Save Right RetireBright pfrda