মশা চাননবা শা-ষণশিং পুথোক পুশিন তৌবা

ডাঃ সরাংথেম জেম্মারাণী

মশা চাননবা শাশিং মফম অমদগী মফম অমদা পুথোকপুশিন তৌনবা হোৎনবদা শা-ষণশিংসি অশোয় অঙাম য়াওদনা লূ-নান্না মখোয়বু শা শেম্ফম মফম ফাওবা পুবিবা মতমদা শা ষণশিংদা করিগুম্বা মখল অমত্তী অৱাবা, চেকথবা অমত্তা লৈহনবিরোইদবনি অমদি য়াম্না শাংনা পুবিদনবা হোৎনবীগনি।

গাড়ীদা হাপতোক হাপচিন তৌবা ঃ

মশা চাননবগী শা-ষণশিং লম শাংনা মফম অমদগী মফম অমদা গাড়ীদা পুবা মতমদা শাশিং গাড়ীদা অমুক হাপচিন অমুক লৌথোক তৌবা মতমদা শা-ষণশিংদা অদুক্কী মতিক অৱাবা অমা ওইহল্লি। গাড়ীদা শা-ষণশিং হাপ্পা মতমদা নিংথিনা হাপ্পীহৌদ্রগদি অৱাবা কয়া অমা মায়োক্লরগা তুশিনবা নৎত্রগা অশোক অপন কয়া অমা থোকহল্লি। কালেনগী মতমদা শাশিংসি খরা লাপ্না পুবীগে হায়রবদি অয়ূক অঙনবদা ওইনা পুবিবনা ফৈ। নিংথমথাগী মতমদা অয়ূক নুংশা খরা থোক্লগা পুবিবনা হেন্না ফৈ। অদুবু নুমিদাংগী মতমদা পুবনদি খ্বাইদগী হেন্না ফৈ। গাড়ীদা মতম শাংনা পুবা তারগদি লম্বীদগী ঈশিং অফবা পীথকপীগনি। মসিদসু নত্তনা মফমদুদা ফংবা শজিকসু পীজবিহৌগনি অদুবু কা হেন্না পীজবিবদি খক তৌবিরোইদবনি।

মফমসিদদি শাশিং পুথোক পুশিন তৌবা মতমদা ত্রেন লৈতবনিনা ত্রক্তা পুবনা খ্বাইদগী ফবা গাড়ী অমা ওইরে অদুবু ত্রক্তা চৎপা মতমদা কিলোমিটর ৫০০ নৎত্রগা পুং ১০-১৫ ফাওবদি লেপ্তনা চৎপা ঙম্মী। করিগুম্বা লমশাং চৎপা মতমদা পুং ১২ দগী হেনবা তারগদি লমখাংদা ঈশিং অমদি মচিঞ্জাক পীজনবা হোৎনবীগনি।

শা-ষণশিং পুগদৌরিবা গাড়ীগী মওং ঃ

⏭ গাড়ী মনিংদা শাশিং হাপ্পা হৌদ্রিঙৈদা মনিংগী অকোয়বদু শোক্তনবা খরা থান্না খাজিনবীগনি।

⏭ মরক্তা কম্পার্টমেন্ট খরা খাইদোকপীগনি। মসিগী অৱাংবনা ষণদনা মিটর ১.২৭ অদুগা হামেং অমদি ওক্তনা সেন্টিমিটর ৭৬ ওইগনি। কম্পার্টমেন্টশিংদা শাশিং থম্বা মতমদা য়াম্না চিন্না থম্বীরোইদবনি। নুংশিৎ নুংশা চঙনবা খরা কোম্না থম্বীগনি।

⏭ শাশিং থমগদৌরিবা গাড়ী মনিংদুগী লৈমায় য়াম্না নালহনবীরোইদবনি। লৈবাক নৎত্রগা লৈঙোই ইঞ্চি ৪-৭ মুক থানা থাবীগনি।

⏭ করিগুম্বা মতমদা গাড়ী মনুংদু মরোন অনী থোক্লা লৈবা তারগদি মথক্তা কাখৎনবা তোঙান্না থম্বীগনি।

⏭ কম্পার্টমেন্ট মনুংদা শাশিং কোয়চেন চেনদনবা পুল্লগা থম্বনা খ্বাইদগী হেন্না ফৈ।

শাশিং পূন্না পুমিন্নবা য়াদবা খরা ঃ

⏭ মচা চেল্লবী ষণবী অমদি ষণ লাবা থা ১০ গী মখাদা লৈবা।

⏭ ওক মচাগা কোন্ননা লাবা থা ৬ কী মথক্তা লৈবা।

⏭ পুল্লগা পুবা শাশিংগা পুন্দনা লৈবা শাশিংগা পূন্না পুমিন্নবা য়াদে অদুবু মখোম খাইদ্রিবশিংগীদি মপীগা পূন্না পুবদা অকায়বা লৈতে।

⏭ শা অমগা অতোপ্পা শা অমগা পূন্না পুবিরোইদবনি।

⏭ মচি পানবা শাশিংসি পূন্না পুবিরোইদবনি।

শা পুথোক পুশিন তৌবদা চেকশিনগদৌবা খরা ঃ

⏭ শাশিং মফম অমদগী অমদা পুবা মতমদা মখোয়বু শেনবিনবা মী অমা য়াওবীগনি।

⏭ শাশিং গাড়ীদা পুখৎপা অমদি পুথবা মতমদা অশোয় অঙাম য়াওদনবা চেকশিনবীগনি।

⏭ মতম চুপ্পদা ঈশিং ৱাৎতনা পীথকপীগনি অমদি য়ামদ্রবদা পুং ১২ খুদিংগী মচিঞ্জাক পীজবীনবা হোৎনবীগনি।

⏭ কিলোমিটর ৫০০ গী মথক্তা হেন্না পুবিবা তারগদি তোঙানবা মওংদা পুনবা শাশিংনা লৈবদা হেন্না নুংঙাইনবা শেম্বীগনি।

⏭ চৎপা হৌদ্রিঙৈ পুং ১ ৱাৎলিঙৈদা মচিঞ্জাক অমদি ঈশিং মরাং কায়না পীজ-পীথক তৌবিগদবনি।

⏭ কিলোমিটর ১০০০ অমা হেন্না পুবা তারগদি শাশিং গাড়ীদগী অমুক পুথবীরগা মচিঞ্জাক অমদি ঈশিং নিংথিনা পীজ-পীথক তৌবিগনি অদুগা অমুক গাড়ীদা হাপকৎপীগনি। মসিনা পুরিবা শাশিং শিবা অমদি শোকপগী চাং হন্থগনি।

গাড়ীদা পুবগী শাশিংগী থম্নবা মফম ঃ

⏭ ওক - ০.৪২ স্কার মিটর

⏭ হামেং/য়াও - ০.২৫৫ স্কার মিটর

⏭ ষণাও মচা - ০.৩২৫ স্কার মিটর

⏭ ষণ - ০.৫১ স্কার মিটর

ত্রক্তা ষণশিং পুবা ঃ

⏭ ষণশিং ত্রক্তা হাপ্লগা পুবিবা তারগদি ত্রকতুগী সাইজগী মতুং ইন্না শাশিং হাপ্পীগনি। ত্রক অমদা ষণ হাপ্পা য়ারিবসি য়ামদ্রবদা ৬ নি।

⏭ ষণশিং পুবগী খ্বাইদগী ফবা মতমসি নুমিদাংদনি। ত্রক্তা হাপত্রিঙৈদা লৈঙোই নৎত্রগা লৈবাক হাপ্লবা মতুংদা চরু অমুক থাবীরবা মতুংদা ষণ অমুক হাপ্পীগনি।

⏭ ষণ ত্রক্তা হাপ্লগী মওংসি রো নাইনা মায় মায় ওনশিনবীগনি অদুগা রো অনীগী কারক্তা মিটর ১.৫ মুক খারগা থম্বীগনি।

⏭ গাড়ী যৌবা মতমদা গাড়ীগী স্পিদসি পুংদা কিলোমিটর ৪০ গী চাংদা যৌবিগনি।

ত্রক্তা হামেং অমদি য়াওশিং পুবদনা ঃ

⏭ ত্রক অমদা হামেং নৎত্রগা য়াও ৩০ মুক পুবা য়াই।

⏭ মিটর ২-৩ খুদিংগী খাজিল্লগা থম্বীগনি, কা হেন্না চিন্না থম্বীরোইদবনি।

⏭ পুথোক পুশিন তৌবা মতমদা নুংশিৎ নুংশা মরাং কায়না ফংহনবীগনি।

⏭ পুবা মতমদা কা হেন্না পীজবিরোইদবনি অমদি ঈশিং মরাং কায়না পীথকপীগনি।

ত্রক্তা ওকশিং পুবদনা ঃ

⏭ মখোম খাইবদা ঙাইরিবা ওকশিং, ওক হাতমশিং, মপী অমদি চাজেনবী ওকশিং ত্রকতা পুবা তারগদি ওক অমমমদা ০.৩, ০.৪৫, ০.৬০ অমদি ১.২ স্কার মিটর ওইগনি।

⏭ ওকশিং পুবা মতমদা খরা শাংনা মতম চঙদনবা ওইরগদি নুমিদাংৱাইরমদা পুবনা খ্বাইদগী ফগনি।

অসুম্না নীংথিনা শা-ষণশিং মফম অমদগী অমদা চেকশিন্না পুবিরগদি অশোয় অঙাম য়াওদনা পন্থুং য়ৌবা ঙমগনি।

ঙা মশা তেক্না থম্নবা চেকশিন থৌরাং খরা

ডাঃ য়ুম্নাম বেদজিৎ সিংহ

ঙা হায়বসি য়াম্না থুনা পত্থগনবা পোৎশক অমনি। অতোপ্পা শা-উচেক হায়বদি হামেং, ওক অমদি য়েন-ঙানুনচিংবগী মতোংশিংদগী খরা থুনা পত্থ-পুমথগনবা পোৎশক অমা ওইবা মরম্না ফাদোক-ফাজিন তৌবা অমদি পুথোক পুশিন তৌবা মতমদা খরা হেন্না চেকশিন থৌরাং লৌখৎপা দরকার ওই। মতাং অসিদা চেকশিন থৌরাং খরা লৌহৌবনা ঙামী অমনা শেন্দোং লৈনা ঙা য়োনবা ঙমগনি। ঙাবু করম্না হিংনা পুগনি অমদি ফাদোক-ফাজিন তৌবদা করম্না চেকশিন থৌরাং লৌগনি হায়বদু খঙনা তৌরবদি শেন্দোং লৈনা ঙা য়োনবা ঙমগনি। মসিদসু নত্তনা করিগুম্বা হিংনা পুথোক পুশিন তৌবগী খুদোংচাদবা মতমদা করম্বা চেকশিন থৌরাং লৌগদগে হায়বদু খঙলবদি অমুক্কসু হেন্না কান্নগনি।

ঙা ফানবা ঈলনা খোনবা মতমদা ঙাদা অশোক অপন খরা থোকই অমদি ঈলদগী নাম্থোকখিনবা হোৎনরকপা মতমদা ঙাদা অৱাবা কয়া পীবা মরম্না ঙা অদু শিরবা মতমদসু খরা থুনা পত্থে। ঙা ফাবা মতমদা ঙাদা অৱাবা পীদনবগীদমক্তা ঙা য়োক্লিঙৈ মতমদা তোয়না ঈল খোন্দুনা ঙাদা ঈল খোনবগী হৈনবী ফাওহনবীগনি। ঈল তোয়না খোনবগী কান্নবা অসুক্কী মতিক লৈখ্রে। খুদম ওইনা হায়রবদা পুখ্রিদা লৈরিবা ন্যুত্রিয়েন্টশিং ফজনা চাইথোকহনবা অমদি পুখ্রিগী মখা থংবা লৈমায়দা য়াওবা মহু চেনবা পোৎশকশিং মথক্তা পাইথোকহনখিদুনা ঙাবু মশা ফহল্লি।

ঙা হিংনা পুবা :

করিগুম্বা ঙা পুথোক্লিবা মফমদগী ঙা য়োনগদৌরিবা মফম অদু পুং তরুক্তগী হন্থবা ওইরবদি ঙা হিংনা য়োনবনা অসুক্কী মতিক কান্নগনি।

১) অহিংবা ঙা ওইনা য়োল্লবদি ঙা অদু মশা তেকই হায়বা খঙলবনিনা ঙা অদু য়োনবা মতমদা চাদা ২০-৫০ ফাওবা মমল হেন্না য়োনবা ঙমগনি।

২) ঙা লৈরিবা মীওইশিংনসু ঙা অহিংবনা হেন্না পাম্লে। অদুগীসু মথক্তা ঙাগী মহাওসু হেল্লি।

৩) ঙা হিংনা পুবা মতমদা উন শীজিন্নদে অমদি অতোপ্পা থৌওংশিং শীজিন্নদবা মরম্না ঙাবু পুমহন্দনবা থৌরাং কয়া লৌখৎপগী চঙগদবা শেল অদু হন্থহনবা ঙমগনি।

ঙা হিংনা পুনবগীদমক্তদি মখাগী থৌরাংশিং অসি পায়খৎপীগদবনি :

১) ঙা ফাবা মতমদা নুংথিলগী মতম, নুংশাগী মৈশা খরা ইংথরক্লবা মতমদা ফাবীগনি।

২) ফারবা ঙাশিং অদু হাপ্পা মতমদা ঈল অমদা হাপ্পীদুনা নুমিদাং অমা ঙা লৈরিবা পুখ্রিদুদা থম্বীগনি।

৩) ঙা হাপকদৌরিবা পাত্রশিং অদু গাড়ীদা হাপ্লবা মতুংদা অইংবা ঈশিং হাপ্পীগনি।

৪) ঐখোয়না চানরিবা থুম অসি ঈশিং লিটর অমদা গ্রাম ১০ গী চাংদা হাপ্পীগনি।

৫) ঈশিং লিটর অমদা ঙা কিলোগ্রাম ০.৫ দগী ১ ফাওবা হাপ্পীগনি।

৬) য়ারিবমখৈ ঈশিংদু লেংহন্ননবা হোৎনবীগনি।

৭) ঙা পুরিবা ঈশিং অদু পুং তরুক খুদিংগী নৎত্রগা ঈশিং মোৎশিল্লকপা খুদিংগী শিন্দোকপীগদবনি।

ঙা হিংনা পুবা মতমদা তৌবীগদবা চেকশিন থৌরাং খরা:

১) কৈদৌঙৈদসু ঙাগী মচিঞ্জাক গ্লুকোজনচিংবা হাপ্পীরোইদবনি। মরমদি ঙানা শ্বর ফুল্লকপা মতমদা ঙাগী মচিঞ্জাক্লা কৈদৌঙৈদসু ঙাবু হিংহনবা ঙমদে।

২) এরিয়েটর শীজিন্নবিরবদি য়াম্না কান্নগনি।

৩) ঈশিং মোৎশিল্লকপা মতম নৎত্রগা পুং তরুক শুরকপা খুদিংগী ঈশিং শিনবীবা কাউবীরোইদবনি।

৪) ঈশিং ঈংথহন্ননবা উন খরা শীজিন্নবীগদবনি।

৫) ঙানা পুথোরকপা অমোৎপশিং চুপশিনখিনবা এক্টিভেটেড চার্কোল শীজিন্নবসু য়াম্না কান্নগনি।

উন হাপ্তুনা ঙাবু পুমহন্দনবা :

উন হাপ্তুনা মাইক্রোবিয়েল হায়বদি মহিক-মতাইশিংনা ঙাবু পত্থহনবা অমদি ঙাদা য়াওজরিবা এঞ্জাইমশিংনা ঙাবু পত্থহনবা অদু থিন্থহল্লি। মসিগীদমক্তদি চোংগাংগী পাত্র শীজিন্নবা কান্নগনি। মরমদি মৈশা ফাওবা ঙমদবা, য়াম্না য়াংবা, কুইনা চৎপা অসিনচিংবনি। উন শীজিন্নবনা হেন্না কান্নে। ঙা অমদি উনগী অরুম্বদু মান্নহনগদবনি। খুদম ওইনা হায়রবদা ঙা কিলোগ্রাম অমা উনদা হাপকে হায়রবদি উনসু কিলোগ্রাম অমা ওইহনগদবনি।

উন হাপত্রিঙৈদা ঙাশিং অদু ফজনা চামথোকপীগদবনি। করিগুম্বা অমোৎ-অকায়, ঈ থোকপা, ঙাগী মনাং য়াম্না য়াওবা নৎত্রগা লায়না লৈবা ঙা য়াওরবদি পাত্রদুদা য়াওবা ঙা পুম্নমক মাঙহনগনি। মরম অদুনা অসিগুম্বা ঙাশিং অমদি উন হাপ্পা মতমদা সেন্টিমিটর ৫০ দগী হেলহল্লোইদবনি। করিগুম্বা মসিদগী হেনবা তারবদি মখা থংবা শরুক্তা লৈবা ঙা অদু মথক থংবা শরুক্লা ননশিনবদগী অকায়বা থোরক্কনি।

ঙা অমদি উন হাপ্লিবা পাত্র অদুগী কাচিন অমদা অহোবা মখুন মচা অমা হুৎপীগনি। মসিদা উন শৌদোরকপগী মহিশিং অদু মতোমতা চেন্থখিগনি।

উনদা ঙা লিবগী থৌওং :

ঙাদু ঈশিং অঈংবদা শেংনা চামথোকপীগনি।

।

চাউবা অমদি মখল মান্নবা ঙাশিং খন্দোকপীগনি।

।

মশা শোক্লবা ঙাশিং লৌথোক্কনি।

।

ঙা হাপকদৌরিবা পাত্র অদু ঈশিং লিটর অমদা ক্লোরিন মিলিগ্রাম ১০ গী চাংদা হাপ্পীরগা চামথোকপীগনি।

।

পাত্র অদুগী মখা থংবা শরুক অদু উন্না সেন্টিমিটর ৫ থানা হাপ্পীগনি।

।

ঙা ফজনা হাপ্পীগনি।

।

মথক্তা পনখ্রিবা ঙা হাপ্পা অমদি উন হাপ্পগী থৌওং অসি পাত্র অদু থন্দ্রিবা ফাওবা তৌবীগনি।

।

মথক থংবা শরুক অদু উন্না ফজনা কুপশিনবীগনি।

।

পাত্রদু মখুম খুমজিনবীগনি।

অসুম্না ঙাবু তগৎ-তগৎ তেক্না য়োনবা অসিনা ঙামীশিংদা কান্নবদা নত্তনা ঙা চারিবা মীওইশিংদসু হাওনা চাবা ফংহনবা অমদি হকচাং ফহনবদসু অচৌবা থৌদাং লৌদুনা মশা-মউ ফবা খুন্নাই অমা শেমগৎপদা থৌদাং খরদা ওইরবসু লৌবা ঙমগনি। মপান লমদগী পুশিল্লকপা ঙাশিং অসিদি ন্যুত্রিটিভ ভেল্যু হন্থবদা নত্তনা ঙাশিংদু মতম কুইনা পুমথদনবগীদমক্তা করম করম্বা হীদাক লাংথকশিং শীজিন্নবগে হায়বদু য়াম্না মুন্না থিজিনবা তঙাইফদবা লৈরি। মীওই কয়ানা হায়নরিবা ফোর্মেলিন হাপ্পনচিংবা থৌওং কয়া শীজিন্নরবদি ঐখোয়গী খুন্নাই অসিগী য়াম্না লাইবক থীবা অমনি। মরম অদুনা য়ারিবমখৈ ঐখোয়গী লমদম অসিদা পুথোকচবা ঙা চাবনা খ্বাইদগী হেন্না ফৈ।

এদিটরদা থারকপা ৱাকৎ, মীয়ামগী খোল্লাউ, পাউদম অমসুং অতৈ-অতৈ

শক্তম কনবদা পোনি কাউথোকপা চুল্লোই

ইকায়খুম্নজরিবা এডিটর,

লাই হাক্তক্তগী লমদমসিগা শাগোন্নদুনা লাক্লবা শগোল পোনিগী মরাইবক নোংমা নোংমগী তম্বা ঙমদবা ফীভমদা লৈরি। লমদমসিবু শক্তাক্লিবা তাঙলবা লনগৈ ওইরিবা শগোল মখল অসি ৱারী লাইরিক্তা খক্তমক ইরগা লৈহৌগদৌরব্রা হায়বসি চিংনদবা ঙমদ্রে। লমদমসিগী লমখৈ ঙাকপদা, য়েক্লবগী মখূৎতগী ইমা লৈবাক্কী নীংতম্বা ঙাকখিবা, অপূনবগী শক্তম শাগৎখিবা পুম্নমক শগোল অসিগী মপান্দগীনি হায়বদা হায়মনবা থোক্লোই। অসুক তাঙলবা লনগৈ অসিবু মপূ পান্দবগুম লম্বী ময়ায়দা কোয়চেন চেন্দুনা, ফত্ত হৌদি চাদুনা, গাড়ীনা থোম্বা য়াওনা থম্মোয় শোকপা ফীভম অমদা লৈবা মণিপুর মীয়াম্না থেংনরি। মণিপুর লৈঙাক্লসু শগোল অসি কন্নবগী চৎনরোল, থৌশিল থৌরাং কয়া পায়খৎলে হায়রবসু মমি তাবদি উদ্রি। থমজনীংলিবা ৱাফমদি হায়রিবা লনগৈ অসি হেক মুৎখিবদা করিগুম্বা পোৎশক-সনা-লুপা লাক্ষ-লাক্ষ কয়ানসু মহুৎ শিনবা ওইথোক্লরোইদবনি। পনবা য়াই লাইভস্টোক সেন্সস ২০১২ গী মতুং ইন্না মণিপুরদা শগোল মশীং শুপ্পতগী ১১০০ খক্তমক ঙাইরবনি।

ঐগী ওইবা মিৎয়েংদা শগোল অসি কন্নবগী অমত্তা ঙাইরবা পাম্বেদি শগোল অসিগী শীজিন্নফম অমদি কান্নফম লৈহনবা তাই। শুপ্পতগী শগোল কাংজৈ শান্নবা, লাই হরাউবনচিংবা খক্তদা পোনি অসি শীজিন্নবগী মহুত্তা পুলিসশিংনসু নিংথিনা শীজিন্নবীবা য়াই, সিটিগী মনুংদা গাড়ী চঙবা খুদোংচাদবা মফমশিংদা অথু অকায় লাকপা মতমদা নৎত্রগা হুরান চিন্থি তান্নবদা শগোল অসিগী মতেং লৌবা য়াই। মালেমগী অতৈ লৈবাকশিংগী পুলিসশিংনা শগোল শীজিন্নবগী মওংদা লমদমসিগী পুলিসশিংনা হৌদোকপা মথৌ তাগনি, খুদম ওইনা য়ু এসকী এন ৱাই পি দি মাউন্টেড য়ুনিটনা শগোল শীজিন্নদুনা ষ্টেটকী লো এন্দ ওর্দর ঙাকপদা লৌরিবা থৌদাং অমদি শীজিন্নরিবগী মওং য়েংবা য়াই, পুলিস মোর্দ্দনাইজেসনসু ওইবা, ঐখোয়গী শগোলসু কলহৌবা অসোমদা লৈঙাক্কী মরুওইনা হোম দিপার্টমেন্টকী পূক্লিং চিংশিঞ্জরি। মণিপুরগী টিটুলর কিং ইনিংথৌ লৈশেম্বা সনাজাওবগীসু মতম অমগী শগোল লাম্মী শেমগৎপীয়ু। মীয়াম তিনবা মফমশিংদা থৌরম য়াওবা চৎপদা কার তোংবগী মহুত্তা য়ারিবমখৈ শগোল তোংদুনা চৎপীনবা নোল্লুক্লা হংগৎচরি। লৈবাক্কী অচৌ অশাংশিংদা গার্দ ওফ ওনর পীবদা শগোল শীজিন্নবনা হেন্না ফজগনি। হৌজিক পাল্লিবা ইকায়খুম্নরবা চীফ মিনিষ্টর মশাসু হৈঙাংদগীনি, মার্জিং ইবুধৌগী মশাইকোন্দগীনি। ইবুধৌ মার্জিংগী খোইরিনা শমুদোন অয়াংবা ফাখিবগী পুৱারী নীংশিংবা তঙাইফদে। অদু ওইবা তারগদি সী এমগী শোয়ফদ্রবা তৌদ্রবা য়াদ্রবা থৌদাং অসি পোনিবু কনবা হায়বসিসু ওইফম থোকই হায়না খঞ্জে। ৱাখলনা শাগৎতুনা অমুক্তং য়েংসি, লম্বী লমখাঙদা ভি আই ভিগী অতাঙবা গাড়ীদা অঙাংবা প্লেগ থেৎতুনা গাড়ী কন্না থৌবগী মহুত্তা মমাঙ ইথং থংনা শগোল থৌবা অনীনা লম্বী লমজিংহল্লবদি কয়াগী মতিক নীংথিজগনি। খুদোংচাদবা মতাংদনা য়াদ্রে, তৌবতবু অখন্নবা মরুওইবা থৌরদমদি য়াগনি হায়না নীংজৈ। হায়রিবা শগোল অদুসু শেল তিংনা লৈরুগদবা নত্তে, লমদমসিগী লম্বী লমখাংদা লম-শা ওন্দুনা লৈরিবা শগোলশিংসি মপা শক্লা য়োকপীয়ু- লুচিংবা অমা ওইবগী থৌদাং লৌবিয়ু। মদুনা লমদমসিগী নেসনল কেরেক্টর অমদি আইদেন্টিটি ঙাকপগা লোয়ননা মালেমগী মীয়ামগী পূক্লিং চিংশিনফমসু শগোল শোয়দনা ওইগনি। হীরমসিদসু মিৎয়েং চঙহন্নীংই।

নাকল অমরোমদা অমুক য়েংবা য়ারিবদি - মপাল্লমদগী লাকপা ফোরেন্নরশিং লমদমসিগী তাঙলবা শগোল তোংহনসি, টুরিষ্টশিংদা খুদম ওইনা কংলানচিংবা মফমশিং অসিদা শগোল তোংহনবগী খুদোংচাবা থম্বীয়ু - মণিপুর টুরিষ্ট দিপার্টমেন্টনসু চাউরবা থৌদাং লৌবিয়ু, লমদমসিদা শেমগৎলিবা লৈকোলশিং শগোল থমদুনা শেল তানবীয়ু, স্কুল/কোলেজ/য়ুনিভর্সিটিদা শগোল থমদুনা থৌবা তম্বীসি-তম্বীবগী শেলসু মতিক চানা অদুম লৌসি, শগোল গাড়ী চেনবীয়ু - অতোংমলসু অদুম লৌবিয়ু। অসুম্না মুৎখিগদৌরবা ঐখোয়গী শগোলসু য়োকখৎপা-মশীং হেনগৎহনবা, টুরিজমসু চাওখৎহনবদা মতেং পাঙগনি, থবকসু পীবা, শেলসু তানবা, পোপ্যুলেসনসু হন্থহনবা, আইদেন্টিটিসু ঙাকপা ঙমগনি হায়জনীংই।

ৱাফম খরসি থমবগা লোয়ননা মুৎখিগদৌরবা শগোল কনবদা পুম্নমক্কী পূক্লিং চিংশিঞ্জরি, মণিপুর গভর্ণমেন্টনসু চাউরবা থৌদাং লৌরক্কনি হায়বগী থাজবসু থমজরি।

অদোমগী - শমুলাইলাংপম রিসিকুমার শর্ম্ম
নম্বোল অৱাং লৈকায় (বজার)