থম্মোয় পাউদম হুইয়েন ইন্দু

ঙরাং, ঙসি, হয়েং - মরুওইবা নুমীৎ অহুম

ওগষ্ট থা অসি মণিপুরগী ওইনদি য়াম্নমক নীংশিংনিংঙাই ওইবা, কাউফদবা থা অমনি হায়বা তাই। করিগী? ঙরাং, ওগষ্ট ১৩! নীংতম্বা লৈপাক ওইরম্বা লমদম অসিনা নীংতম্বা মাঙখিদুনা, মণিপুরগী সনা কোনুংদা মনীং তম্না হাইরম্বা ফিরাল চিংথদুনা বৃটিশকী ফিরাল হাইগৎখ্রবা মতুং, নীংতম লাল'নি হায়নখিবা ১৮৯১- 'এংগ্লো-মণিপুর ৱার' অদু থোকহনবগী মরুওইবা মরাল লৈবা মীশকনি হায়দুনা 'জেনরেল থাঙ্গাল' অমসুং 'যুবরাজ টিকেন্দ্রজিৎ' অনীবু মঙত্তা থৌরী থুদুনা হাৎখিবা নুমীৎ! নীংতম্লম্বা ইরৈবাক্কী 'নীংতম্বা মাঙখিবা'গী নীংশিং নুমীৎ ওইনা লৌনরিবা।

অদুগা, ঙসিনা ওগষ্ট ১৪! ১৮৯১দা মাঙখিবা 'মণিপুরগী নীংতম্বা হঞ্জিল্লকখিবা, 'মণিপুর ইন্দিপেন্দেন্স দে'! কনানসু নীংশিংবীদ্রবা, কনানসু পাঙথোকপীখিদ্রবা থৌরম অমা। ১৮৯১গী 'নীংতম-লান'দা মায়থীরবা, মনীং তম্না লৈঙাক থৌশিল শেমজবা ঙমদ্রবা, ফম তারবা নিংথৌ অমা ওইদুনসু, নিংথৌ লৈঙাক পূম্মুৎ মুৎথৎপা হায়বদুমক্তি তৌখিদে বৃটিশ রুল্লরশিং। বৃটিশকী মখা পোল্লবা 'মণিপুর', বৃটিশ-ইন্দিয়াগী শরুক অমা ওইনা পূনশিনখিদে। পীক্লবা চীংনুংগী লৈপাক অমা ওইবনা ইন্দিয়াগী লম অমা ওইহল্লুবা, পোৎলুম অমা ওইগনি, 'কান্নবা লন' অমা ওইরক্লোই খনবদুনা ওইগনি। খনবমখৈ খল্লগা, মণিপুরগী পোলিটিকল এদমিনিষ্ট্রেসন বৃটিশ'না শুপ্লায় পায়শিনবই মহুৎ, অখন্নবা থৌশিল অমগী মখাদা লমদমসিগী লৈঙাক, মণিপুরগী নিংথৌদা শিন্নবা পামখি। অদুবু, নিংথৌ ওইগদবা চুরাচান্দ'দি চহী 'তরুক'তা ঙায়রিবা অঙাং ওইবনা, লমদমদুগী লৈঙাক (পোলিটিকল এদমিনিষ্ট্রেসন), বৃটিশ পোলিটিকল- এজেন্ট, লেফটনেন্ট কর্নেল হেনরি সেইন্ট পেট্রিক মেক্সৱেল'বু মণিপুরগী এদমিনিষ্ট্রেটর (রিজেন্ট) অমা ওইনা হাপখি অনৌবা এদমিনিষ্ট্রেটিভ-মিজর কয়া লৌখৎখি- লাল্লুপ-সিষ্টেম মুথৎখি, স্কুল'নচিংবা লিংখৎতুনা এদ্যুকেসন সিষ্টেম হৌদোকখি, টেক্সেসন-সিষ্টেম হৌদোকখি। মেজর জে সেক্সপিয়র'না মেক্সৱেলগী মহুৎ শিল্লব'তুং, ১৯০৭, নিংথৌ চুরাচান্দ সিংহ, মপূম ফারবা মীশক (মেজোর) অমা ওইরব'না, নিংথৌ ফম্বাল তোংহন্দুনা লৈঙাক শক্তি শিন্ননবা থৌরাং শেল্লকখি। মে ১৫, ১৯০৭তা লৈপাকসিগী এদমিনিষ্ট্রেসন নিংথৌদা অমুক শিন্নখি। পোলিটিকল এজেন্ট'না পায়রম্বা এদমিনিষ্ট্রেটিভ পাৱর পূম্নমক (হিল-এদমিনিষ্ট্রেসন অমদি বৃটিশ-ইন্দিয়নশিংগী নত্তনা) নিংথৌদা শিন্নথোক্লকখি। নিংথৌনা লৈপাক ঙাকপদা (লৈঙাক ৱারেপ লৌবদা) মতেং পাংনবা 'মণিপুর ষ্টেট দরবার' কৌবা বোদি অমা লিংখৎখি। ওন্থোকপা ৱারেপনি বৃটিশশিংগী! চুরাচান্দ মহারাজ- লৈপাক ঙাকপা হৈগদরা/হৈরোইদরা চাং য়েংনবা (প্রোবেসন পেরিয়দ) ওইনা চহী অহুমগী মতম পীখি। চরাচান্দ মহারাজগী অহানবা প্রোবেসন মতম ১৯১০দা লোইখি। মায় পাকখি। বৃটিশশিংবু পেলহনখি। ১৯১০দা মণিপুর ষ্টেট এদমিনিষ্ট্রেসনগী রিভাইস-রুল ফোঙখি। মতুংদা, ১৯১৬তা এদমিনিষ্ট্রেটিভ রুল অসি অমুক হন্না রিভাইস তৌখি।

অসুম্না, বৃটিশশিংগী লোই-লম (কোলোনি) ওইনা লিংলগা 'মিস-রুল' তৌবা, মীওৎ-মীনৈ চথবা, মীয়ামগী অপান্বগী মায়োক্তা তৌবা থবক অমত্তগী রেকোর্দ থেংনদে। বৃটিশ রুলগী মায়োক্তা মীয়ামগী ঈহৌ অমত্তসু হৌখিদে। ১৯০৪দা মতমদুগী বৃটিশ পুলিস এজেন্টকী য়ুম, শকখঙদবশিংনা মৈ থাদোক্লম্বদুগী শাউদুনা, য়ুমথোঙ খূদিংগী (চহী ১৭তগী ৬০ ফাওবই মনুংদা লৈবা) নুপা অমমম্ থোক্লক্তুনা কবো তম্পাক্তগী উ য়ান্দুনা পুরক্লগা য়ুমদু নৌনা শাগদবনি হায়বা ওর্দরদুগী মায়োক্তা নুপী ৩০০ লোম'না ঈরাং হৌরকখিবা, অহানবা নুপী লানগী থৌদোক্তু নত্তনা। ওর্দর'দুসু মেক্সৱেল'না কক্থৎখি। লময়ানবা ইরাবত (মণিপুরগী অহানবা য়াওল্লোয়নি শৈথানরিবা)না মীয়ামগী ঈহৌ অমনা হৌখিবা বৃটিশকী মায়োক্তা নত্তে, নিংথৌমক্কী মায়োক্তনি। অনীশুবা নুপী লান'দসু বৃটিশ ওফিসর অমত্তা চেন্নদে। মণিপুরগী য়াওল্লোয় অমত্তনা বৃটিশশিংগী মায়োক্তা 'নীংতম লান' হৌখিদে। মরম অসিনা, 'ওগষ্ট ১৪'বু মণিপুরগী 'নীংতম নুমীৎ' (ইন্দিপেন্দেন্স দে) হায়না পালন তৌবা, ঙসিগী পোলিটিকল রিএলিটি অসিদা থোইদোক্না সিগ্নিফিকেন্স লৈতবরা? মওল-মওল খল্লুবনি। ওগষ্ট ১৫, ১৯৪৭- তঙাইফদনা বৃটিশ'না ইন্দিয়া থাদোক্তুনা চৎপা তারক্লবা, 'ইন্দিয়ন ইন্দিপেন্দেন্স' পীদবা য়াদবগী পোলিটিকল কম্পলসন ময়ামদুনা, মণিপুর-বৃটিশ ইন্দিয়াগী শরুক অমা ওইখিদবনা, ১৮৯১দা লৈরম্বা মণিপুরগী পোলিটিকল ষ্টেটস অদুদা অমুক হঞ্জিনহল্লম্বা খক্তনি। গান্ধী'না লুচিংবা অহিংসা (নন-ভাইয়লেন্স)না পান্থৈ ওইবা, ইন্দিয়ন নেসনল কোংগ্রেস'কী ফ্রীদম ষ্ট্রগল; কোংগ্রেস'তগী তোখায় তাদুনা, খুৎলায় পায়দুনা নীংতম লান হৌখিবা 'নেতাজি সুভাস চন্দ্র বোস'কী 'আজাদ হিন্দ ফৌজ'গী লানহৌ- অদুগুম্বা ৱারী অমত্তা য়াওদবা, মণিপুর ইন্দিপেন্দেন্স দে'গী ৱারীনি। ঙসি, মণিপুরগী নীংতম-নুমীৎসিদা লীগদবা ৱারীদি অতৈ নত্তে, ১৯৪৭ ওগষ্ট ১৪দগী হৌরগা ১৯৪৯, ওক্টোবর ১৫ ফাওবা (চহী অনী, নুমীৎ য়াঙখৈমাপন)গী নীংতম্বা সিটিজন ওইনা হিংলম্লগা, বৃটিশ-ইন্দিয়া নৎতবা ইন্দিয়াগী সিটিজন করম্না ওইরকখিবা হায়বগী ৱারীদুনি। বৃটিশ-ইন্দিয়াগী রুল্লরশিংনদি লৌশিন্নীংখিদবা 'মণিপুর', বৃটিশতগী নীংতম্লবা 'ইন্দিয়া'না 'মণিপুর'বু মশরুক অমা ওইনা লৌশিন্নীংখিবা করিগী? ৱাহংসিগী পাউখুম ইরায় লায়না ফংদবনি, অমুক্তং তিল্লাং খয়োৎননা খন্থবীয়ু। 'মণিপুর'না ইন্দিয়াগী শরুক অমা ওইরে তাবদা থাবল চোংখিবা মীয়ামসিনা করিগী ওগষ্ট ১৫, ইন্দিয়ন ইন্দিপেন্দেন্স দে সেলেব্রেসন বোইকোট তৌরক্লিবা? লানহৌ-লূপ কয়ানা নুমীৎ অসি বন্দ/জেনরেল ষ্ট্রাইক/টোটেল শট-দাউন'নচিংবা তোঙান-তোঙানবা মমিং থোন্দুনা, মীবু মপান থোকহনখিদবদগী 'ইন্দিয়ন ইন্দিপেন্দেন্স দে'- লমদমসিদদি পাঙথোক্লুবগী ৱাহন্থোক লৈত্রবা থৌরম অমা ওইরকখিবা কুইরক্লে। পোলিটিকল মেপ'তা য়াওবা মণিপুরগী শক্তমদু নৎতবা লমদমসিগী মীয়ামগী মথম্মোয়দা য়েকপা 'ইন্দিয়ন' অমগী শক্তমদু অমুক্তংদি য়েংনীংখ্রেদা! হয়েংগী নীংতম-নুমীৎ-পালন'দা য়াওদৌরিবশিংসিদি, খঙই মপুই য়াথং ইনবনি।

লৌশিং পুক্কে

লমজেল চেনবদা খ্বাইদগী তোয়না থেংনবা অশোক অপনশিং-২

হামষ্ট্রিং ইঞ্জুরি: হামষ্ট্রিংশিং অসি খোঙগী তুং থংবা শরুক্তা য়াওবা মসলশিং অমদি মখোয়গী টেন্দনশিংগী গ্রুপ অমনি। ঐখোয়না লমজেল চেনবগী স্বিং ফেজ (লৈবাক্তা খোঙগা থেংনদবা মতম) গী মনুংদা খুবোমগী মখা থংবা শরুকপু তপথহনবদা হামষ্ট্রিংশিং অসিনা মতেং পাংই। করিগুম্বা হামষ্ট্রিং অসি চিল্লবা, শোল্লবা, নৎত্রগা চোকথরগদি মদু অশোক অপন থোক্লল্লি।

স্প্রিন্টর (অতেনবা লমজেল) গা মান্নদবা মওংদা লমশাং চেনবা মীওইশিংদদি ইখঙ খঙহৌদনা হামষ্ট্রিং ইঞ্জুরি তৌরকপা অসি কয়া তৌগন্দে। লমশাং চেনবা মীওইশিংনা অয়াম্বা মতমদা হামষ্ট্রিং ষ্ট্রেনশিং অসি তপ্না তপ্না হৌরকই অমদি মসি হামষ্ট্রিং মসলশিংগী ফাবর অমসুং কন্নেক্তিব টিসুদা মচা মচা ওইনা তৎপগী থৌওং হঞ্জিন হঞ্জিন্না তৌরকপদগী ওইরকই।

ইশাদা হামষ্ট্রিং ইঞ্জুরি তৌরগদি মখাগীশিং অসি থেংনবা য়াই:

- তুং থংবা খুবোমগী মথক থংবা শরুক্তা খজিক-খজিক অদুম লেপ্তুনা নারগা লৈবা
- হামষ্ট্রিং মসলদা থেংবদা নাবা
- হামষ্ট্রিংদা শোনবা অমদি ইফা ফাজিনবা অসিনচিংবশিংনি।

প্লান্টর ফেসিয়াইটিস: প্লান্টর ফেসিয়াইটিস হায়বসি খোঙপাক-খোঙনমগী খ্বাইদগী কম্মন ওইবা অশোকপশিংগী মনুংদা অমনি। অশোকপা অসি লৈরগদি ফেসিয়া কৌবা খোঙয়াদা য়াওবা টিসুগী অথাবা লেয়র অসিদা ইরিটেসন নৎত্রগা দিজেনরেসন তৌরকই।

ঐখোয়না চৎপা নৎত্রগা চেনবা মতমদা হায়রিবা টিসুগী লেয়র অসিনা স্প্রিং অমগুম্না মথৌ তৌই। চেনবগী ভোল্যুম য়াম্না কা হেন্না থুনা হেনগৎলকপা মতমদা ফেসিয়াদা ষ্ট্রেস হেনগৎলকই। কপ্লাক্তা মসল চিনবা নৎত্রগা শোন্থবনা প্লান্টর ফেসিয়াইটিসকী রিস্ক হেনগৎহল্লি।

লাইওংশিংদি: খোঙগী খুনীং নৎত্রগা খোঙপাক্কী ময়ায়থংবা শরুক্তা নাবা; অসুম অসুম হেঞ্জিল্লকপা চৈনাখোল; খুয়া শাবা; অয়ুক্কী মতমদনা নাবা হেঞ্জিনবা অনাবা; অমদি থবক থৌরমশিং কুইনা তৌরুরগা নাবা অসিনচিংবশিং তোয়না থেংনগল্লি।

ষ্ট্রেস ফ্রেকচর: ষ্ট্রেস ফ্রেকচর হায়বসি রিপিটিটিব ষ্ট্রেস নৎত্রগা ইম্পেক্টনা মরম ওইরগা শরুদা শম্না মফৈগুম্না য়াম্না পানা ময়ি চৎপা অদুবুনি। লমজেল চেনবা মীওইশিংগী ওইনা ষ্ট্রেস ফ্রেকচর অসি অনম্বনা খোঙনমদা নৎত্রগা খুনীংদা নৎত্রগা খুবোমগী মখা থংবা শরুক্তা তৌগল্লি।

ইশাগী খোঙদা ষ্ট্রেস ফ্রেকচর লৈরে হায়না চিংনবা লৈরগদি য়াম্না থুনা দোক্টরদা য়েংথোকপা ফৈ। ষ্ট্রেস ফ্রেকচর লৈবরা চপ চানা খঙনবগীদমক এক্স-রে অমা লৌবা মথৌ তাগনি।

ষ্ট্রেস ফ্রেকচরগী লাইওংশিংদা মখাগীশিং অসি থেংনগল্লি:

- কুইরা-কুইরগা অনাবা হেঞ্জিল্লকপা অনাবা, হৌগৎলকপা মতমদদি চৈনাখোল কয়া ফাওদবসু য়াই অদুবু হেঞ্জিল্লক্লবা মতমদদি পোত্থাদুনা লৈবা মতমদশু চৈনাখোল ফাওরকপা য়াই।
- ফ্রেকচর লৈবা মফমদা পোমখৎপা, খামদৎপা, নৎত্রগা পায়বদা নাবা অসিনচিংবনি।

ষ্ট্রেস ফ্রেকচর ফহন্নবা হোৎনবদা চয়োল ৬ তগী ৮ ফাওবা চঙ্গল্লি। মতম খরদি চৈশু শীজিন্নবা নৎত্রগা ৱাচপ থাবা মথৌ তাবা য়াই।

খোঙ লৈথেকপা: খোঙ লৈথেকপা অসি খোঙগী খুজেং অমদি খুমীৎকী মরক্তা লৈবা লিগামেন্টশিংদা ষ্ট্রেটচ হেন্না তৌবদগী তৌই। খোঙনেৎফম মফম চাদবদগীসু তৌই।

খোঙ লৈথেকপদা থেংনগনবা সিমটোমশিংদি: মচু মুশিল্লকপা; নাবা; পোমখৎপা; খামদৎপা; মপুঙ ফানা লেঙ-ওৎপা য়াদবা অসিনচিংবনি।

খোঙ লৈথেকপা অসি অয়াম্বা মতমদা পোত্থারগা, ইশানা শেন্নজরগা, নৎত্রগা ফিজিকেল থেরাপি তৌরগা ফগৎলকই। ফগৎলক্লবা হোৎনবদা চয়োল খরা নৎত্রগা থা খরা চঙবা য়াই।

লমজেল চেনবগী অশোক অপন হায়বসি মীওই অমা হেক্তদা থোকপা য়াই, অদুবু মখাগী কাঙলোনশিং অসি ঙাক্লগদি খরদি হন্থহনবা ঙমগনি:

হকচাং শাগৎহনবা: লমজেল চেনবা হৌদ্রিঙৈদা মিনিট ৫-১০ গুম্বা জোগিং তৌবা নৎত্রগা খোঙ-খুৎ ষ্ট্রেটচ তৌদুনা হকচাং শাগৎহনগৎহনগনি।

চেনবগী ভোল্যুম তপ্না তপ্না হেনগৎলকপা: লমজেল্লোয় কয়ানা ১০ পর্সেন্ট রুল ফোলো তৌই, হায়বদি মখোয়না চয়োল অমগী লমজেল চেনবগী ভোল্যুম অদু অমুরক্তা চাদা ১০ দগী হেন্না হেনগৎতে।

ইশাগী ওইবা চেনবগী টেক্নিক শেমজবা: লমজেল চেনবগী টেক্নিক নীংথিনা খংদ্রগদি মসল অমদি তাং-তাংশিংদা ষ্ট্রেস পীবগী চাং হেনগৎলকই। অখঙবা মীওই অমগা তান্নবা নৎত্রগা ইশানা চেনলিবা অদু ভিদিও নমদুনা য়েংজরগা অশোয়বা শেমদোক্লুবা হোৎনবা য়াই।

মথক্তা পীরিবশিং অসিখক নত্তনা অতোপ্পা কাঙলোনশিং হায়বদি হিপকী মপাঙ্গল কনখৎহনবা, অমোনবা লৈমায়দা চেনবা অমদি অতোপ্পা মখলগী কয়া কন্দবা শাজেলশিং খুদম ওইনা সাইকল থৌবা নৎত্রগা ইরোইবনচিংবা তৌবনা হকচাং ফিট ওইবা হেনগৎহন্দুনা অশোক অপনশিং থোকপগী চাং হন্থহনবা ঙম্মী।

মঙলান তেংবাং লূপনা মতেং পাংখ্রে

ইম্ফাল, ওগষ্ট ১৩ (ঐচ এন এস):

হৈরোক এ সীগী মনুং চন্না লৈবা তৌবুল (নোংপোক সেকমাই)দা লৈজবা খম থেংনা ৱারবা ময়ূম-মকৈফাও ফীভম চাদনা লৈবা ইমুং অমগী মতাংদা সোসল মীদিয়াদা লূপ অসিনা থেংনরুবদগী মঙলান তেংবাং লূপকী থৌমীশিংনা ইমুং অসিগী অৱাবা খরা খজিক ওইরবসু কোক্লনবা হায়বগী ৱাখল্লোনদা অঙম্বা মতেং পাংখ্রে।

লোয়ননা নোংপোক সেকমাইগী নোর্থ ইষ্টর্ন স্পোর্টিং এসোসিএসন (নেসা) অমদি মফম অসিগী কাউন্সিল্লরনা অচৌবা থৌদাং লৌবীদুনা এদ্যুকেসন মিনিষ্টর রাধেশ্যামগী মতেংগা লোয়ননা মমা-মচাশিংগী য়ুম শাবসু হৌবীরম্মী। হৌজিক-হৌজিকমক্কীদি লৈফম লৈজদ্রবা মমা-মচাশিং মনাক নকপদা লৈবা চর্চ অমদা চঙজফম লৌদুনা লৈহৌরি। মসিগীদমক্তসু মতেং পাংবীরিবা ক্লব, মফম অসিগী কাউন্সিল্লর অমসুং মিনিষ্টর রাধেশ্যামবু লূপ অসিগী মায়কৈদগী হায়নিংঙাই লৈতনা থাগৎপা ফোঙদোকচরি।

লোয়ননা মীয়াম্নসু মসিগুম্বা ৱারবা ইমুংশিং থেংনবদা অঙম্বা মতেং পাংমিন্নসি হায়না আপিল তৌরক্লি।

হুইয়েন লানপাউ পব্লিক ওপিনিয়ন

মীয়াম্না করি হায়রি, করি পাম্লি

জয়কুমার তখেল্লম্বম, খুরাই অহোংগৈ লৈকাই

মণিপুরদি মরিপুরনি। লোন তিন্নদবা ফুরুপ কয়ানা খুন্দাবা লমদমনি। চহী লীশিং ২ রোমগী পুৱারীনি। লাইগা মীগা শম্নরিঙৈগী ৱারী নীংশিঙলুবদা ইমাংদা শং-শং উরক্নি। মচিন-মনাওগী লিপুননি। চীংদা, তমদা লৈনখিবদগী চিংমী-তম্মীগী কৌনখিবনি। চীংনা কোইনা পনশাবা লমদমনি। মৈতৈ নিংথৌশিংনা নিংথি তুরেল ফাওবা লৌশিনখি। অৱা লানমীবুসু তানখি। অসামদসু মৈতৈ নিংথৌমচাশিংনা কোনুং শেমগৎতুনা থমখি। মৈতৈনা খুন্দারিবা লমদম কয়াবু গ্রেটর মণিপুর নৎত্রগা গ্রেটর মৈতৈ অমদি গ্রেটর টেরেটোরিয়ল কাউন্সিল শেমগে য়াগদরা? নগালেন্দদা খুন্দারিবা মখোয়গী তোঙানবা ফুরুপনি। তোঙান-তোঙানবা ফুরুপ কয়ানা পুনশিল্লগা চাউরাক্লা লাক্ষ ৩০ খরা হেনবা মীশিং পূন্না হীংমিন্নরিবা পিকতকপা চিং লৈবাকনি। লৈবাক ইরাং থোক্কদবা পুৱারীবু নাথৈগদবা মংলান মংমিন্নরোইসি। মণিপুর মীয়ামগী অয়াবা য়াওদনা খুয়েক পীবা য়ারোই। শীংচেপ থাবগী থৌওং চাওখৎ-খোঙথাং থিন্থনবনি। ঙসিসু পূম্নমক্না জুন ১৮ নীংশিঙনরি। মিজোরামদা করি থোকখিবা পূম্নমক্না খঙনরবা ৱাফমনি। মালেমগী লৈবাক কয়াদা অমদি ইন্দিয়াগী ষ্টেট কয়াদা থোকখিবা থৌদোকশিং নীংশিঙবিয়ু। পোক্লফম লমদমগীদমক অফবা থবক খরদি পাঙথোক্লমসি।

মোইরাংথেম বিনা, থৌবাল নিংঙোম্বম

নাগা পিছ টোককী ৱারোইশিন পুরক্কদৌরিবসি করম্বা ফীভমদনো? মণিপুর মীয়ামদা ময়েক শেংনা মচা খায়না খঙহনবিয়ু। মণিপুরগী লুচিংবশিংনা নাগা পিছ টোককী মতাংদা কুপ্না নৈনবিয়ু। শোয়খ্রগা মীনা শেম্লিংবা মওংদা শেমখ্রগা কোন্না তকশি শোলহৌবা কান্নরোই। মণিপুর ঈমাগী শক্তম কায়হনগুমসি কোভিদ-১৯গী ৱারবা তানফম অসিদা মমা ওইবী কয়াগী থম্মোয় কায়হনবিগনু। হন্দক্কী নোংজু মীফম নৈনবদা মীয়াম্না মিপাইনরিবা কোভিদ-১৯গী মরমদা নৈনদুনা অৱাবা খরা কোক্কদ্রা খঞ্জবনি। মদুগী ওন্ন-তৈনবদা চৌক্রি লংনরগা ফম চোংথোক-চোংশিন তৌনরিবগী থৌওং মীচম অমা ওইনা পেঞ্জদে। অসিগুম্বা থৌওংশিং অসি মখা তানা তৌবিগনু। লোয়ননা লমদম অসিদা কোভিদ-১৯ হেক লাকখিবদগী দোক্টরশিংনা লায়েংবিদবদগী কোভিদ-১৯না নাদবা মীওই খরসু শীবা য়াওখ্রে। অদুবু দা. টি ঐচ উতথানবুদি ঙমখৈ লৈতনা থাগৎচরি। দোক্টরনা কোভিদ-১৯ লায়চৎ হৌরকপদগী হৌজিক ফাওবদা তৌফম থোকপা ইথৌনি খন্দুনা লেপ্পা লৈতনা হোৎনবীবগীদমক মহাকপুসু তাইবঙ মপুনা থৌজানবিবা ওইসনু। মহাক্না তৌরুবা থবক খুদিংদা মায়পাকপা ওইসনু হায়না তাইবঙ মপুদা থৌনিজরি।

অদোমগী মরুওইবা ওপিনিয়ন ৯৭৭৪৮০৩১৪৫ নত্রগা hueiyen_lanpao@rediffmail.com/hueiyen_lanpao@yahoo.co.in দা থাবিরকউ।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
এসিষ্টেন্ট প্রোফেসর (বাইওষ্টেট) জেনিমস
চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ১৪।০৮।২০২০ ইং, ইরাই ;
নুংথিল পুং ২.০২ ফাওবা থৱানগী ২৫ নি পাল্লি, মতুং ২৬ নি পাল্লনি।

মেষ : হকচাং নুংঙাইবা ৱাৎপা, লাইবক ফবা ৱাৎপা অমদি অশাওবনা মাঙজবা লৈ। পন্দুনা লৈখিবা শেল/থবক্কী অমদি ফমথোল ফংবগুম নুংঙাইবসু ফংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী : ঙাংথোকপদা রাশি য়াওই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা

বৃষ : ৱাখল থাদবা কান্নগনি, থবক ইন্খাংদসু শেল থাদবা তুংদা কান্নবা ফংগনি। মীয়ামগী মতেং লৌবসু য়াগনি অমদি য়েক্ল-তিংখং লৈরোই। ফংবা য়াবা খরদি পল্লি।
লৈশা পাখংশিংগী : নুংশিবনা য়াম্না চানবী।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক

মিথুন : ৱাজাও ঙাংলবা অমদি নোল্লুকপা য়াওদ্রদি খৎনবা শোয়দ্রে। অদুবু মীয়াম লোয়নবা অমদি লৌশিং থাদদুনা থৌ পাংলদি য়াম্না নুংঙাইবদুম ফংজগনি।
লৈশা পাখংশিংগী : নুংশিবনা হেন্না চানবীগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ /চিনি অঙাংবা

কর্কট : অঙনবদা মথা শাবা লৈরি অদুবু ঈংথরদি করিসু তৌরোই। লাইবক ফবা, অঙম্বনা চানবীবা, থবক পাংবা অমদি নচা-ননাই চাওখৎপা লৈ। ৱাফংনবদি য়াদে।
লৈশা পাখংশিংগী : নীংজবা থুংই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা

সিংহ : অরং-অরাক, অফা-অপুনগী থবক, থিবা-হুম্বা অমদি লল্লোন ইতিক্কী লম্‌দা খূৎচাও থাবা য়াগদবা নুমীৎনি। পাউসু নুংঙাইবা তাগনি, অরাপ্পগী মতেং ফংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী : মীচঙ লৈগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা

কন্যা : ৱানোম-থৌনোমগী থবক কান্নগনি, নচাক-নরল তানশিনবা অমদি নথক থোংবনা হায়বা লৌবসু কান্নগনি। থেংলপ্না ইচং থৌবা মীকোক থোংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী : মীৱা থাজগনু।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক

তুলা : ৱা তুপথোকপা য়াগনি, পন্দুনা লৈখিবা শেল-থুম থৌজিনবা কান্নগনি অমদি লৈঙাক্কী লম্‌দা খোঙ থাংবা মায় পাক্কনি। হকচাং নুংঙাইবা হেনগনি। চরাংনবদি য়াদে।
লৈশা পাখংশিংগী : নুংশিবনা চানবী।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা

বৃশ্চিক : নীংজবা থুংগনি, লাই-গুরুনা চানবীগনি অমদি অনৌবা আশানা মাংওইনবা থবক পাংগনি। ৱা য়াম্না ঙাংগনু। য়েৎনরম্বদি কোকচগনি, মরুপ হেনগৎকনি।
লৈশা পাখংশিংগী : নুংশিবা ফংবৈ নুংঙাইজৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/কিসমিস

ধনু : মীৱা লৌগনু, অখঙ-অহৈ শাগনু অমদি লাংতক্লবা থাদোকউ-নত্রদি কিবা, অপঙ তাবা অমদি লন মাঙবা লৈগনি। অনীংবদি পাংগনি, শেন্দোং চাওনা ফংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী : ইশাগীতা খনগনু।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা/চেঙ

মকর : পামদবা নংবৈ নুংঙাইতবা অমদি মীয়ামগা মরী ফত্তবা লৈগনি। ঈরাং পুবা অমদি নাপল থাদোকউ। খল্লুদবা কান্নবা খরসু ফংগনি, অনৌবা মরুপ ফংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী : তুমিন্না লৈবা ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা

কুম্বা : ইচং থৌবা অমদি চঙশিল্লুবা থবক্তা লেপ্তুনা চঙবা মায় পাক্কনি, লৈঙাক্কী লম্‌দা মীনা লাকচবা ঙল্লোই অমদি থেংলপ্না ঈকায় খুম্নবা ফংগনি। অশাওবদি ফাথৌ।
লৈশা পাখংশিংগী : হায়জবদি তাবী।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা

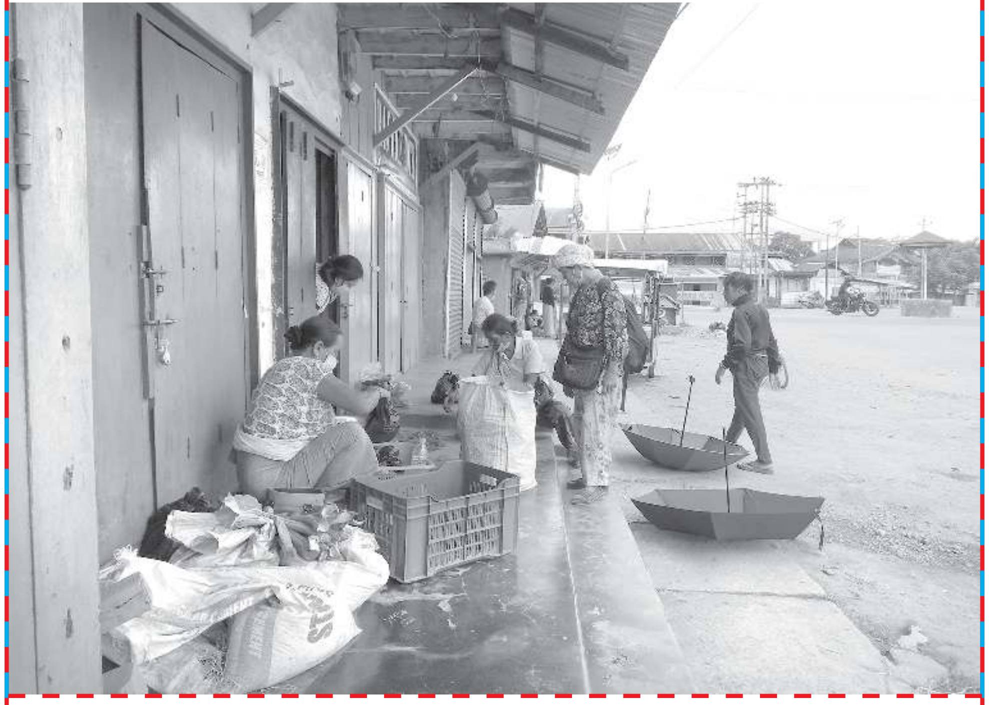
মিন : শেন্দোং তানবা অমদি মীচং খোম্বগী থবক্তা মায় পাক্কনি। ফিংবা অমদি অঙম্বগা মুক্লবদি ফরোই অমদি হকচাং নুংঙাইবা ৱাৎলি। মীনা ইনশিনবা লৌবা য়াদে।
লৈশা পাখংশিংগী : ৱা ঙাংবা লুই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/কিসমিস

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।

মমি ৱারী

অৱাবগী হুমাং, লোকদাউন

কুমাম দেভিদসন



Kumam Davidson is a Teacher, Writer, Researcher from Moirang, Manipur.