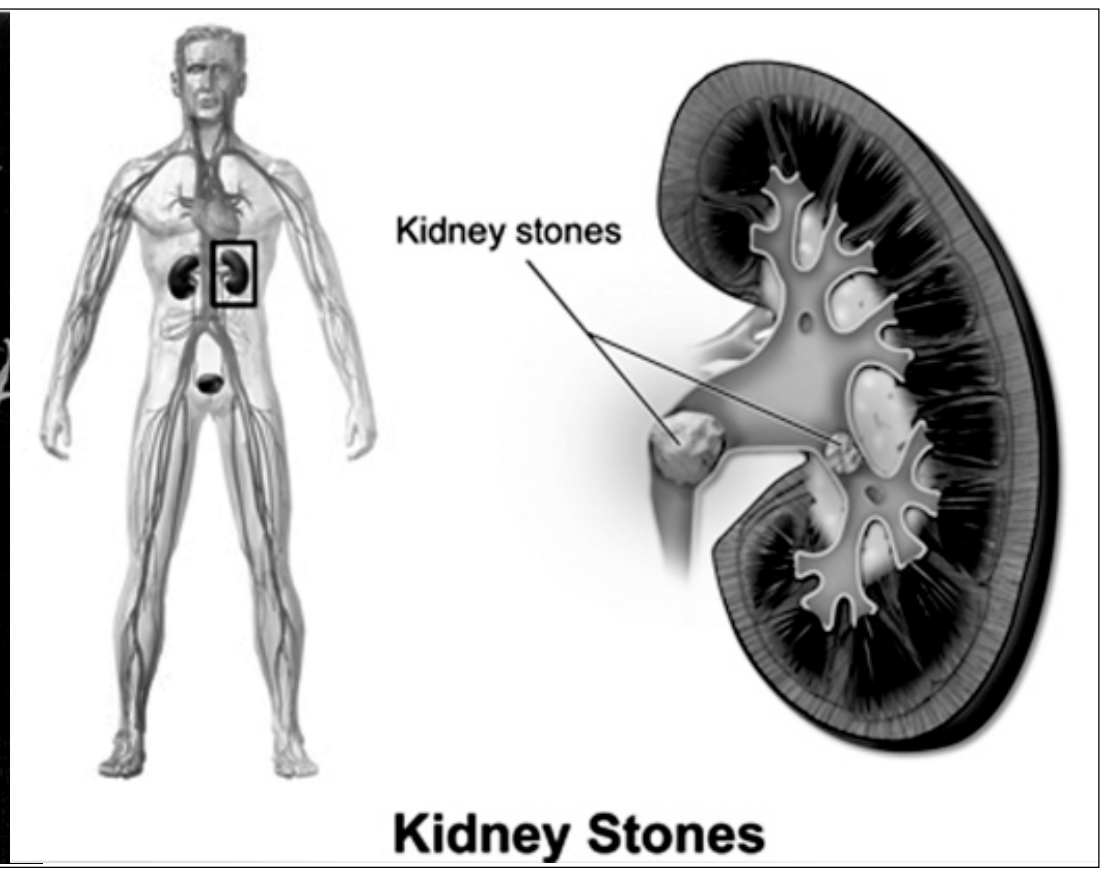
হীদাক কান্নরবা পাম্বীশিং ঃ লোয়ুম্বা লৈ

— ডা. হুইদ্রোম বীরকুমার সিংহ —
সী এস আই আর ঃ নোর্থ ইষ্ট ইনষ্টিট্যুট ওফ সাইন্স এন্দ টেক্নোলোজি, লম্ফেলপাৎ



লোয়ুম্বা লৈ অসি মৈতৈ/মীতৈশিংগা নকশিন্নবা পাম্বী অমনি হায়না লৌনৈ। লোয়ুম্বা লৈ পাম্বী অসি ইংলিসতা থ্রী লিভ কেপর (Three leaved Caper) নৎত্রগা হোলি গার্লিক পিয়র (Holy garlic pear) নৎত্রগা সেক্রেদ লিঙ্গাম ত্রী (Sacred lingam tree) নৎত্রগা লেঙ্গাম ত্রী (Lengam tree), হিন্দিদা বারুন (Barun) নৎত্রগা বর্না (Barna) নৎত্রগা বিলা (Bila), তেলেগুদা উলিমিরি চেতু (Ulimiri Chettu), মারাথীদা ভাতাভার্না (Bhatavarna) নৎত্রগা কাৱন (Kawan) নৎত্রগা কুমলা (Kumla), টামিলদা মারালিঙ্গামি (Maralingami), বেঙ্গোলিদা বারুন তিক্তোসাক (Barun Tiktoshak), বর্মিজদা কাদত (Kadat) নৎত্রগা কাদেত (Kadet) নৎত্রগা কত্ত (Katat), গুজরাটিদা ভার্নো (Varno), মালায়ালমদা কিলি (Kili) নৎত্রগা নিরাভিলা (Niravila), পঞ্জাবিদা বর্না (Barna) নৎত্রগা বর্নাহি (Barnahi), ওরিয়াদা বর্না (Barna), শ্রীলঙ্কাদা লুনুৱার্না (Lunuwarna), সাইন্টিফিক নৎত্রগা বোটানিকেলগী ওইবা মমিংদা *ক্রেতিভা নুর্ভালা (Crataeva nurvala Buch-ham)* নৎত্রগা *ক্রেতিভা রেলিজিওসা (C. religiosa Forster)* নৎত্রগা *রেলিজিওসা লোফোস পর্মা* (C. lophosperma Kurz) হায়না কৌই অমসুং *কেপারিদেসী (Capparidaceae)* শাগৈগী মনুং চল্লি।

লোয়ুম্বা লৈ পাম্বী অসি দেসিদুঅস (diciduous) হায়বদি চহী অমগী মনুংদা মতম খরা মনা কেনগনবা ফুট ৫০ ফাওবা ৱাংবা উ পাম্বী অমনি। পাম্বী অসি মহৌশাগী ওইনা খা নোংপোক থংবা এসিয়াগী লমদম মরুওইনা ইন্দিয়া অমসুং খা থংবা চাইনাগী মফমশিংদা থোইদোক্লা হৌই। লোয়ুম্বা লৈ অসি ইন্দিয়াগী অয়াম্বা মফমশিং মরুওইনা অৱাং নোংপোক ইন্দিয়া, কেরেলা, মধ্যা প্রদেশ অমসুং বেঙ্গোলদা মরাং কায়না হৌই। পাম্বী অসিগী হিদাক্কী ওইবা থোইদোক-হেন্দোকপা মগুণশিং অসিদগী পাম্বী অসি মন্দিরগী অকোয়বদা য়াম্না পাম্না থানৈ।

য়াম্না লীরবা অয়ুর্বেদিক্কী মতমদগী লোয়ুম্বা লৈ পাম্বী অসি অনা লায়েংদা শীজিন্নদুনা লাকপগী পাউদমশিং লৈ। মরুওইবা অয়ুর্বেদিক্কী হীদাক খরদং পল্লবদা ভারুনাদি ভাতি (Varunadi Vati), ভারুন পাওদর (Varun Powder), মুত্রাক্রিচান্তক চুর্না (Mutrakrichantak Churna) অসিনচিংবনি। পাম্বী অসিদগী শেম্বা হীদাক অসি মীওইবগী হকচাংগী কয়াৎকী মথৌশিং ফজনা তৌহন দুনা নাদ-য়েক্তনা থম্মী হায়না থাজনরকই।

বিজ্ঞানগী পাউদমশিংগী মতুং ইন্না লোয়ুম্বা লৈ পাম্বীদা য়াওবা মরুওইবা মচলশিংদি Alkaloids, Triterpenes, Tannins, Saponins, Flavonoids, Plant Sterols অমসুং Glucosilinates অসিনচিংবনি।

পাউদম অমগী মতুং ইন্না মীওইবগী কিদনিদা লৈবা নূং (Kidny stone) অসি তুমহনবা ঙম্বা পাম্বীশিংগী মনুংদা লোয়ুম্বা লৈ অসিনা খ্বাইদগী হেন্না ফৈ হায়বসিনি (Litholytic herb)। হায়রিবা অসি বিজ্ঞান্নসু চুমলে হায়না প্রমান তৌখ্রে। ঈশিং য়াফম তোয়না হৌগনবা মীওইশিং অসি লোয়ুম্বা লৈগী মনা অদু ঈশিংদা ফুত্তুনা লৌবা মহী অদু নোংমদা গ্লাস অনীগী চাংদাদা পীথক্তুনা লায়েংনৈ। খোয়খা নাবা, চাবা তুমদবা অমদি নুংশিৎ কাবদা লোয়ুম্বা লৈ পাম্বী অসি য়াম্না কুইরবা মতমদগী শীজিন্নদুনা লাক্লি। য়াম্না লীরবা বেদিক্কী (Vedic) পাউদমশিংদা লোয়ুম্বা লৈ অসি মীওইবগী ঈ অসি শেংদোকহনবা ঙম্মী (Blood purifier) হায়না পল্লি। হক্কী ঈশিং মরী চাথৎপদা লোয়ুম্বা লৈ উগী মকু অদু ঈশিংদা ফুৎলগা চুমথোক্লবা মহী অদু পীথক্তুনা লায়েংবগী পাউদমসু লৈ। অরুম লাইহৌ তৌবদা লোয়ুম্বা লৈ পাম্বীগী মনা শুগাইদুনা লৌবা মহী অদুদা খোইহি খরা হাপ্তুনা নোংমদা চামচ অনীগী চাংদাদা পীথক্তুনা লায়েংবা য়াই। লোয়ুম্বা লৈ পাম্বী অসি অঙাংগী পুক্লুংদা তীল লৈবা, থিবোং থিরিলদা এমিবিক (Amoebic) হিংকুপ্পা নাবদসু লায়েং হীদাক ওইনা শীজিন্নবা য়াই।

পাউদম অমগী মতুং ইন্না চহী ৩০০০ হেল্লবা অয়ুর্বেদিক্কী অনা লায়েংদা লোয়ুম্বা লৈ অসি হকচাংগী তোঙশা কায়বা, মহীক-মতাং হাৎপা অমসুং মীওইবগী অমাঙবা য়ৈখৎপা অদুগী লায়েং হীদাক ওইনা শীজিন্নদুনা লাক্লি। পাম্বী অসি মীওইবগী শীংলি-নাওরি মপাঙ্গল কন্না থম্বা ঙম্বগী পাউদমসু লৈ। লোয়ুম্বা লৈ পাম্বীগী মনা অসি নুপীগী থাগী খোঙকাপ চৎপদা নাবা (Menstrual pain) অসিদসু কুইরবা মতমদগী হীদাক ওইনা শীজিন্নরকপগী পাউদমসু লৈ। পাম্বী অসিগী উগী মকু অদু শুগাইরগা ঈশিংদা মতম খরা তীংদুনা লৌবা মহী অদু পীথকপদসু অঙাংনা য়াঙ চীংবা (Convulsion) অসি ফৈ হায়নসু পাউদমলি। হায়রিবা অশেম্বা মহী অদু ঈশিংদা লোল্লগা লৌবা অনঙবা মহী অদু দ্রোপ ওইনা হাপ্তুনা নাকোং লাইখুন তৌবসু লায়েংনৈ। য়াম্না লীরবা Acharya Charak কী মতুং ইন্না লোয়ুম্বা লৈ পাম্বীগী উ (Wood) অসি Swaden হায়বদি মীওইবগী হকচাংদগী হুমাং অসি লায়না লৌথোকপা ঙম্মী হায়না ইরি।

অখঙ অহৈশিংগী মত মতুং ইন্না লোয়ুম্বা লৈ পাম্বী অসি অনা লায়েংশিংদা অকনবা চাং অমদা শীজিন্নগনি অদুবু চাং য়াম্না হেন্না শীজিন্নরবদি মদুগী ফত্তবা ফল লাকপগী ওইথোকপশিং লৈ হায়না চেকশিন ৱা থল্লক্লি।

হঙ হঙ নেচরেল কেলামিটি

অমরজিৎ খাঙেম্বম

নোই-লৈকায় ঈশিং কমাইনা তৌহৌরিগে। য়ূম থুমখ্রবো, লম্বীদি থুমদ্রো, লৌবুক থুমখ্রবো, ঙায়োক ফাম পাথোক্তুনা ঙানা কয়াম চেম্থোকখ্রবা, ঈশিংনবু থুমখ্রবা লম্বীগী পোট হোল লৈতেম চপ হেক মান্নখিবগুম তৌদ্রো। লম্বীদবু ঈশিংনা খ্বাং য়ৌখৈ চেল্লবা তুরেলদগী মদুনবু হেন্না মওং তাবোই খল্লি। মদুদকা এম এল এ, মন্ত্রিদুনা খোঙগ্রাউসি তাখৎলগা ঈশিং ঈচাউ য়েংশিল্লিনি হায়না ফোটোকাসে অমা অনী সৎ সৎ হেক কাপ্লগা ফেসবুক্তা অপলোদ তৌবগী নুংঙাইজবসিদি মহা অরোইবীনি কৈনো। মীয়ামগী থৌগল তৌবগীদমক্তা থম্মোয় ফজনা শেংলবা তুলসি মনাগুম্বনি কৈনো। মসিদবু পামজবগী চহীগী ঈচাউ হেক হেক লাক্তুনা খুনিংথেক অসি কায়রগা ঈচাউ হেক হেক থোকই খঙনা খঙনা শেমজিনদ্রিনি কৈনো। ভোট লেপ্লগা মীয়ামদা লাইবক কায়বমখৈ খুরুল্লগা তুংদা নিংথৌ ওইদোইনি হায়বা খঙলসু ঈচাউ লাকপা খুদিংগী খুনিংথেক অসি কায় হায়বা খঙলসু ঈচাউ লাক্ত্রিঙৈ শেমজিনগে হায়বা তুংগী ৱাখল খল্লুরদি মীয়ামগী থৌগল তৌজবগী ফোটোসিবু কাপ্পা ফংখিগদ্রো? ভোট লেপনীংবা সোসিএল ৱার্করনা রিলিফ কেম্পতা চৎতুনা পুকচেল চাউবা শাদুনা অৱা অনা মতেং পাঙখ্রে হায়দুনা পাউচেদকসি অহানবা লমায়দনি য়াওরক্কদৌরিবা।

ভোট লেপ্পা মীসু ভোট লেপনীংবা মীসু ঈচাউ লাকপদা শোয়দনা কাইগল্লি খঙলিবা তোর্ব্বান, মপাঙ্গল শোল্লবা তেক্কনি খঙলবা থোং, কনা অমত্তনা হন্না শেমনীংবা লৈতে। ঈচাউ থোক্লবতদা খোইরেন মশা পায়বা হায়ব্রা কৈনো সোসিএল ৱার্কর ময়ামসিনা ঙরং-ঙরং ঙংদুনা পাইথোক্লরক্কদৌরিনি। লম্বীসিদা ঈশিংসিনা তুরেলগুম চেল্লবনিনা হৌজিক্তি লম্বীগী পোট হোলসু অমত্তা উদ্রে কয়া নুংঙাইরে। লৈকায় অনী শম্নরিবা মরুওইরিবা থোং অহাইবী ঈশিং ঈচাউনা পুথখ্রিবসিনা, চৎথোক চৎশিন্না কমাই তৌদোইবা।

মীয়ামগী থবক তৌগনি, লম্বী থোং নুংঙাইহনগনি হায়খিবা সোসিএল ৱার্কর, এম এলশিং হায়খিদে হায়না চেনখিদৌরিব্রা। থোংসিমা এম এলএ অনীনা শেম্বদা কয়া য়াম্না চঙগদৌরি, এম এল এ অমগী লোকল এরিয়া দিভলপমেন্ট ফন্দ ফনসু য়ামখ্রে হায়বা তাই। ফোর্চুনর হ্বাইট কলর গাড়ী তোংহৌরগা ঈচাউগী ৱাফম নেচরেল কেলামিটি থোক্লে অসিমঙাই। চহী অমদা ঈচাউ হায়সিদি অমুক্তংদা ওইরসু শোয়দ্রে হায়বা অমা লৈরম্বনিনা চেল্লিবা তুরেলশিংগী ফীভম মফম মফমগী মতুং ইন্না কূপ্পা য়েংবিদুনা শেমজিনহৌবা তারগদি ঙসিমক থোক্লিবা ঈচাউগী অৱাবা অসি নংলমদবসু য়ারিপোৎনি। তুরেল খোংনুংদা অমোৎ অকায় লংশেক্তুনা অমদি য়ূম কৈ শাজিল্লিবা কয়া অসিনা ঈশিংগী ঈচেল ৱাৎলকপদগী তুরেল মপান কাইরক্তুনা মীয়ামদা অৱা অনা কয়া পীরকপনি।

লুচিংবা ওইগেরা, সোসিএল ৱার্করবু ওইগেরা কনা অমত্তনা অসিগুম্বা তুংদা থোক্লক্কদবা অৱাবা অসি থোক্তনবা হোৎনবা কনা অমত্তা উদে। ৱাদনা শেল তানবা হায়বসিদবু অদুম নুংঙাই। তুরেল খোঙনুং শেংদোকপদুদি ৱাই, লৈরক মচিনগী নাপী খরা হাইদৎলগা মী ৫০ না শুরগা চেদনা ৭৫ পানশিল্লগা জোব কার্দকী পৈশা ঙাইবসিসু খুনুংঙাই অমনি কৈনো। মমাঙগী লৈঙাকসু ঈচাউসি অদুম থেংনখ্রবগুম তৌখিবনি। তুরেল খোঙনুং নোংমতা শেংদোকখিদে, কাইগল্লি খঙলবা তোর্ব্বান মাঙজৌননা শেমখিবা এম এল এ কনাবু য়াওখিবগে অদুমক য়েংলগা য়ানা য়ানবা ভোটতা কাহল্লু, মথংসিদগা মীয়ামগী থৌগল ফংহল্লু, চৎখিবা ঙাক্তনি অনৌবা অমা লাকখ্রে করি তৌরকপনো য়েংবা তারি।

ঈচাউ থোক্লকপগী মরম থিদবগী ৱাঙাঙ অমা তৌবগুম তৌই। মহৌশাগী খল কায়রক্তুনা থোক্লিবা ঈচাউনি হায়বদি শোয়দনা খঙলমগনি। 'মহৌশাগী খলবুনা মঙকসম মেৎপীরগা আর্টিফিসিএল কেলামিটিবু নেচরেল কেলামিটি ওইহনখিবা অসিনা অদুম তুং কোয়না চৎনদুনা য়াওদৌরিব্রা'। লৈঙাক হায়বসিদি অমরা অমরা মতম মতমদুগী য়ানা য়ানবা মীয়ামগী য়েংদুনা শিনবদুসু ফৈ। অদুগা থোক্লিবা ঈচাউ অসিগী রুটতুসু খঙবীরগা থবক লৌখৎলকপগী দরকার ওইবা অদুসু চৎথবিয়ু। হায়হৈদবা ৱা অমকা হায়খিবসি ঐখোয়না হঙ-হঙ শোয়খ্রে হায়নরিনি। নেচরেল কেলামিটিকা হায়সি য়াম্না শাথিবা পাক্লা থোক্তবা অমদি হায়হৈদবা ৱানিকো অদুবু হন্দক হায়দোকখ্রে অদুনা নেচরেল কেলামিটি হঙ-হঙ হায়হৌসি মতুং মনাও থোক্তনবা। ঈচাউ থোক্তনবা করি থবক পায়খৎখ্রবগে চীংদা উজাউ উজাউ য়ান্থৎলি, ফোরেষ্টরনা টেক্স লৌই। থিংলিবসিনা কনানো, টেক্স লৌরিবসিনা কনা ওইদোইনো অমদি শোয়দনা লৈরমগনি। হোত্রোং হোনা অহোবা অমদি লৈরি।

লৈঙাক্তা ঙাক তাইনবা য়ানীংদে মীয়ামসু ৱাখল তামন্দে। ইশা ইশাগীতা খন্দুনা দ্রেন খুজিল্লকপা লৈরক পীকশিল্লকপা অসিনা ঈশিং থুমজিল্লকপগী মরম ওইহল্লি। য়ূম অমা মৈহৌ লাংপোক থোকপদা য়ূম অনী অহুম য়াওরকপা তাবনি। ইশাগী লম চাউনবা খল্লিঙৈদা ফায়র সার্ভিস কদাইদা চঙলক্কদৌরি। এনক্লোজরশিং রেভেন্যু দিপার্টমেন্টনা করি এক্সন লৌখ্রে মীয়ামদা করি ৱাখল তাহনখিবা লৈখ্রে। সিটিগী বিল্ডিং বাইলোনা কান্ননা য়েংশিল্লি। পীখোদনা ভোটতু নপা থোরাইমচাসা, চাখোদনা ভোটকী চাক, লৌথোকখোদনা ভোটকী পৈশা, নুমিৎতুগী মীটিংদুদা তা ফোজোনা হায়খিবনি কাউদ্রি। থোংসি ফৎত্রে হায়বা লোয়না খঙলমগনি করিগী খঙলোই, মীগী খোঙবান লুকপান শেংলুরদি শোসিএল ৱার্কর ওইরুরদি, ভোট শোয়দনা পীরক্কনি হায়বা খঙলিববু শোয়দনা খঙলম্লগনি হনুরবা থোংসিগী ফীভম ভোট মমাঙদকদি লৈকায় অসিগী মরুওইবা থোং অসি ঐগী এম এল এ ফন্দদগী কায়থোক্তুনা শেমগনি হায়খিবা, তুরেল খোঙবান শেমজিনগনি হায়রম্বা পূম্নমক নাথৈরগা মখোঙ তরুক্কী কম্যুনিতি হোল খরা শাখিবা রিলিফ কেম্প ওইগদবসু ঙসিদি ঈশিংনা লোয়না থুমদুনা ইন চিংফম ওইহৌরবনি ইনে অপাবীগী।

লীদর অমা ওইবগী দরকার ওইবা গুণ অমা ইয়াও য়াওদবগুম্বা অমা তৌরি। হায়নরিবা নৎত্রো, "A effective leader is creates an inspiring vision of the future. Motivation and inspires people to engage with that vision. Manages delivery of the vision and coaches and buils a team, so that it is more effective at achieving the vision". ইংলিসকা লোনখাইরগা তা ফোজোনা মীটিংদুদা ঙাঙলম্বদো কয়াদা নুংঙাইখি। ভোটকী চাক চারুবা, পৈশা লৌরুবা মীসু, খুবাক খুখিদবা অমত্তা লৈখিদে। অদুনা ঙসিগী মীয়াম্না হন্দক্কী নেচরেল কেলামিটিসি হঙ-হঙ নেচরেল কেলামিটি হায়না পূন্না হায়মিন্নরসি হায়রগা মীটিংদো লোইশিনখ্রে। ঐসু য়ূমদা হল্লকখ্রে।

হুইয়েন লানপাউ লিটরেরি ক্যুইজ-৫৩

১। অরিবা মীতৈলোন ৱাহৈশিংসিগী ৱাহন্থোক পীয়ু :
(ক) তাংয়িন (খ) খোইমা।
২। 'লম্বী ময়াদা ঐগী য়ূমনি' শৈরেং লাইরিক অসিগী অইবদু কনানো?
৩। 'সুর' মিংথোনবা ৱারীমচা অসিগী মমিং লৈবী অইবীদু কনানো?
৪। বিষ্ণু প্রভাকরগী 'অৱারা মসীহা' মণিপুরীদা কনানা হন্দোকপগে?
৫। 'শক্লাইবা খরগী পুন্সি' কৌবা বাইওগ্রাফী লাইরিক্তুগী অইবদু কনানো ?

ৱাহংশিং অসিগী পাউখুম জুলাই ১৫, থাংজ 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।