ꯍꯨꯏꯌꯦꯟ ꯂꯥꯟꯄꯥꯎ
ꯊꯥꯡꯖ, ꯑꯣꯛꯇꯣꯕꯔ ꯱꯵, ꯲꯰꯲꯲, ꯏꯝꯐꯥꯜ
꯴꯶ ꯁꯨꯕ ꯆꯍꯤ, ꯱꯹꯶ꯁꯨꯕ ꯃꯁꯤꯡ
হুইয়েন লানপাউ
থাংজ, ওক্টোবর ১৫, ২০২২, ইম্ফাল
৪৬শুবা চহী, ১৯৬শুবা মশীং

খাইনরমদাই য়োংমানবী

তৌহৈদবা থৌওংনি, চুমদে

নিংথৌনা ৱায়েল-থৌদা তৌরিঙৈদগী ওইগেরা, বৃটিশনা পাল্লিঙৈদগী ওইগেরা নৎত্রগসু লৈবাকসিগী ফিবান্নুংদা তিনবা কুইদ্রিঙৈ মতমদা ফাওবা লৈঙাক্কী তোঙান-তোঙানবা লোয়শঙশিংগী থৌমী (এমপ্লোয়ী) লৌবদা ওইবিনবা লৈরমদে। হোয় হায়রিবা মতমশিংসিদা লাইরিক হৈবা মীগী মশীং য়াম্না লৈরমদবদগীসু ওইরম্বা য়াই। লৈঙাক্কী থবক তৌবীনবা লৈতবদগী নমদুনা ফারগা তৌহল্লম্বগী ৱারী তাই। তারিবসি তৌরম্বদগী তাবনি, তৌরমদ্রগদি তারোই। ইশম শম্না অসিগুম্বা চৎনবী অমা লৈরম্মী হায়বগী ৱানি। হৌজিক্তবু লাইরিক হৈবা শঙ্গু অমা লৈরকপদগী পীগদবা লৈঙাক্কী থবক্লগা হৈক্রু মনাদা য়োম্বনিনা শুপ্নতগী পোষ্ট অমখক কৌবগী ফাওবা হিয়াংথাং লাইরেম্বী খুরুম্বগী পৌ নম্বদৌনা তৌবগী ৱানি। অদুবু লৈঙাক্কী লোয়শঙ কয়াগী থবক-থৌরমশিং পাঙথোকহন্নবগীদমক লৌখিবা মীওইশিং মঙোন্দা পীরিবা সর্ভিস মতমদু ফাওবা মবুধি মরৌশিং অমসুং মপাঙ্গল শিৎ-নান্না তেংখৈ শীজিন্নরগা সর্ভিস মতম লোইরকান্দা লৈঙাক্কী মায়কৈদগী মঙোন্দা মশা হিংজনবা পীবিফম থোকপা পেন্সনগী শেনফম পীথোক্তুনা নমশিল্লগা থমজিনবা, পীথোকপীদবগী থৌওংদি চুমদে। চুমদবদা নত্তে, তৌহৈদে, তৌনু। মবুধি-মরৌশিং থৌরিঙৈ অমসুং মপাঙ্গল কল্লিঙৈদা খূৎশুমল/অৱামল পীরগসু তেংখৈ শীজিন্নবিরগা পূক্নিং-হকচাং অনীমক ময়েং তারক্লগনা হন্না য়েংদবগী ফীভমদি তৌরোইদবনি। মশাগী চহী ৫৮, ৬০ নৎত্রগা ৬৫ শুদুনা থবক্তগী পোত্থারবা মীওই অমনা লেমহৌরিবা মহাক্কী পুন্সি অমসুং মচা-মশুশিংগীদমক অমুক অফং-অফংবা হুমাং তাবা থবক তৌখিবগী মথৌ তাহনবা চুম্লোই।

লৈবাকসিগী ওইনা হৌখিবা কুমজা ২০০৫গী মতুংদগী লৈঙাক্কী থবক তৌবা মীওইশিংনা সর্ভিস মতম লোইরদুনা থবক্তগী পোত্থাবা মতমদদি নেসনল পেন্সন স্কিম চৎনরগনি হায়দুনা লাউথোরকখিবা অমসুং খঙহল্লকখিবা লৈখ্রে। নৌনা শেমদুনা চৎনরগনি হায়বা পেন্সন স্কিমসি পামজদে, চৎনহনবীগনু, মসিগী মহুত্তা হান্নদগী চৎনরকখিবা সিষ্টমদু চৎনহনবীয়ু হায়বগী দিমান্দশিং তৌনরকপসু লৈরি। হোয় হৌজিক ফাওবগীদি দিমান্দ অসিগী মতুংইন্না শেমদোক-শাদোকপগী ৱাফম লৈত্রি। অনৌবা পেন্সন স্কিমসি অদুম্মক চৎনবগী ফীভমদা লৈরি। অদুবু মণিপুরদদি অনৌবা পেন্সন স্কিম অসি হৌদোরকখিবা কুইদ্রবসু থবক্তগী পোত্থারবা, স্কিমসিগী মতুংইন্না পেন্সন ফংলগদবা ষ্টেট লৈঙাক্কী মখাদা থবক তৌরম্বা মীওইশিং য়াওশিল্লক্লে। অদুবু মখোয়দা পীবিফম থোকপা পেন্সনগী শেনফমদি পীথোক্তবা য়াওরক্লে। ৱা থোকপা য়াওরে। ৱা কায়রগা ঈশিং চঙলে। ইমুং মহি লাংবগা লোয়ননা চফু উয়ান ফাওবা মিরাং থুরক্কদবা মীওই য়াওশিল্লক্লে। ফীভমসিদি লৈঙাক্কী মায়কৈদগী ওইহল্লক্লোইদবা ফীভমনি। লৈঙাক্কী মায়কৈদগীসু ঙাইহাক লৈতনা 'ওল্ড এজেদ' অমসুং 'ওল্ডর পর্সন্স' শিংবু নীংথিজনা লোয়নবিদুনা লুনা তৌবীগদবনি হায়বগী ৱাফম ফোঙদোকপসু লৈরিবনি। মচা-মশুশিংনা ফাওবা মখোয়গী মমা-মপাশিং ওল্ড এজেদ হোমদা নমদুনা থম্লোইদবনি। করিগুম্বা থম্লম্লবদি মখোয়গী মথক্তা এক্সন লৌখৎকনি হায়বা ৱাফম ফাওবা ফোঙদোকপা লৈরিবনি। মরম অসিনা থবক্তগী পোত্থারবা মীওইশিংবু ওৎ-নৈদুনা ৱাহনবা তৌগনু। অরিবা পেন্সন সিষ্টম চৎনররোই হায়রবনিনা অনৌবা স্কিমসিগী মতুংইন্না পীথোকফম থোকপশিং পন্থদনা পীথোকউ। মস্বাইদা ৱারু-নুংজু থোকহল্লকপা চুম্লোই। লৈঙাক্কী শিন্মী/এমপ্লোয়ী ওইনা লৌরগা থবক তৌহনববু লৌরমদাই তেংনা মানবী অদুগা খাইনরমদাই য়োংমানবীগী থৌদৌ তাহনগনু। থৌওংসিদি চহী য়ান্নক্লবা মীওইশিংদা লংজবা ওইনা থোক্কনি। হৌজিক অনৌবা পেন্সন স্কিমগী মখাদা পীবা য়ারবশিং পন্থদনা পীথোক্লবা হোৎনৌ।

হুইয়েন লানপাউ লিটরেরি ক্যুইজ-৫১

১) **"লমজিংবা"** (১৯৬৭) হায়বা লাইরিক অসিগী অইবা কনানো অমসুং করম্বা মখলগী লাইরিকনো?

২) **"তৎলবা য়োলহিং লক্তা শমজিন্নবা"** হায়বা লাইরিক অসি ওরিজিনেল কনানা ইবদগী কনানা মণিপুরীদা হন্দোকপগে?

৩) **"হৌগৎলোনে চান্নবী থোং হাংদোক্লো"** কৌবা লাইরিক অসি মণিপুর মপান লমগী অইবা অমনা ইবনি। অইবা অসি কনানো অমসুং লাইরিক অসি করম্বা মখলগী লাইরিকনো?

৪) **"য়িমুং কোকফাই শৌ। ফদি ফরালৈ। ১০ চাকথম। চাগুম খুজামলত। চাকখুম লুখাক ৱাইতৈনা। ফকলাং মিরাংখা। লকাং মারি য়াল। লাকুম শিংগুম। ফুলৈ রাবাদা। শিদবী ঐনা মাই ওনশনদেয়।"** ৱাহৈ পরেং খরা অসি করি লাইরিক্তগী লৌথোরকপনো?

৫) **"নীংশিংলি হৌখ্রবা মতমদো"** হায়বা লাইরিক অসিগী অইবা কনানো অমদি লাইরিক অসি করম্বা মখলগী লাইরিকনো?

মথক্তা পীরিবা ৱাহংশিং অসিগী পাউখুম ওক্টোবর 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।

ঐ মেমোরি য়াওদৌবা মান্দ্রে

ৱাইরু-ৱাইরুবদা

নহান অদু ইম্ফালদা লৈবা হোল অমদা ঈশৈগী লাইরিক অমা ঐখোয় খরনা শেমজবা খোরিরোলগী লূপ অমনা ফোঙই। লাইরিক অদু ফোঙবা খোৎপগী থবক লোইরগা হায়বদি ভোট ওফ থেঙ্কস লোইদুনা প্রসিদেন্টনা লোইশিল্লে লাউথোক্লবা মতুংদুদা ঐখোয় অশিন অরাং মশেলনা বেকদ্রোপ লৌথবা, টেবল লোইশিনবনচিংবা ময়াম তৌমিন্নৈ। চৌক্রি নুংকিনচিংবা পোৎ চৈ ময়াম মথং মথং সুম লোইশিল্লকপদা ঙসাই ইবা খোৎপগী শীজিন্নরম্বা টেবল অদুগী মথক্তা কলম পার্কর অমা থেংনৈ। মদু ঐগী অমত্তা ঙায়জরবা কলমদুনি। হোবে হোবে ঐগী খাউদা অতাঙবা কলম অদু হাপচিল্লে।

হোলগী লোইশিনবা লোইরগা থবক শীনমিন্নবা ঐখোয় খরদু অতোপ্পা কা অমদমুক স্পিকর অচৌবদুমুক থাংজিনমিন্নরুই। কলমদুগী ৱাখল খন্না খন্না স্পিকর অদু থাংজিল্লুবনি। ঐনা মাঙ্গোলদা থোরকপদা অমুক নীংজিং মাংজিংননা খল্লকই, হুম ঐদি য়ূমদগী ঐগী কলম পার্কর অদু পুরকখিদবনি, ঐসে ওন্থোক্লা কাউগনখ্রেদকো হায়না খল্লকই। ঐনা হৌজিক টেবলদগী থেংনদুনা খাওদা হাপচিল্লিবা কলম অদু ঙসাইমখৈ অশিন অরাং তৌমিন্নরম্বা থৌবালদগী ইনাও অমদা সে নঙ লৌজরো হৌজিক্তা টেবলদা তারম্বা থেংনবনি, কনাগীনোগা অমত্তা খঙদ্রে হায়না মাঙ্গোলদা থোরক্লগা পীথোক্লে। মাসু কলম অদু ৱা ইঙাঙ ঙাঙদবীদা অসুম লৌবুদি লৌখ্রে। থোইনা মদু মানা লৌনীংবসু মান্দে। হায়সু হায়বনি ঐনবু পোৎ অমা হেক খুল্লবদি ঘড়ী তাহৌবনি খঙদে, মনি বেগ (ৱাল্লেট) তাহৌবনি খঙদে, ঙা তাহৌবনি খঙদে ঐ ইশাগী ওইনা পোৎমাঙ চৈমাঙ অমা হেক্তা তৌবা শোয়দ্রে। ঐদি সিগুম্বা লেম্না ফংবা পোৎ চৈ অসি লৌশিনবদা দাউ কয়া য়াদে। সিগী ঙাক নৎত্রসু লৌসু লৌনীংলুদে।

পোৎ চৈ লোইশিন খমজিনবা পুমলোই লোইরগা য়ূম য়ূমদা মানা মানা থোকপা ঐখোয় লোইনা হন্নরে। য়ূম য়ৌনবগী ঈ-পাউ ফোনদা পীনরে।

নুমিদাং চাকচা তোক্লগা ঐ ঙসিদি ৱাখল য়াম্না নুংঙাই। ঈশৈ অমত্তদুম ইগেদহৈ কেসে, মপা কনানা মোদোল্লে চিল্লগনোদহৈ হায়দনা থৌরাং তৌবা হৌই। ফমুংদা কূল্লগা ঈশৈ ইবসিনি ঐনা নুংঙাইজবা অসি। শক্লনবা ইবা ঈশৈদি নত্তে ঐগীদি। ঐনা ঈশৈনি খঞ্জরগা পঙইদা ইজবনি। ইরগে খন্দুনা নোটবুক অমদি কলম কোয়থী থিরে অদুবু কলম অদুমদি থিবা হেক্তা ফংদ্রে। থিবদা অউপ্পা উনা লোংথোক্লে, অরোংবা উনা উপশিল্লে হায়বদুনি। নুপীদা মলোম অমা লৈবদৌনা শাউরংননা হংজিল্লি, "নঙ ঙসাই ঐগী কলমগা পায়রম্লা, নখোয়না ঐগী পোৎ মফম হোংদোকপীবসিনা?"

"নঙগী কলমদি ঙসাই নঙনা লাইরিক ফোঙবা চৎলমদাইদা ঐনা নঙোন্দা পীখ্রবদুদিনা?"

"হেরা! ঙসাইবু ঐবু কলম পুবু পুৱনে?" কোক হাইফেৎ হোৎলগা ইশানা ইশাদা অমদি ঐগী নুপীদা চিংননমুক হংজরকই। মতাংদুদা ঐসু লাঞ্জদবীনি হায়বগী মওংদা ঐগী নুপীনা অমুক ফেঞ্জিল্লকই, "পুই পুই ঐনা ঙসাই নঙোন্দা পীরিদুদিনা, আনোক পীবগী মতমদুদা? খাউ মনুংদা নচানুপীগী মমাঙদা হাপখ্রিবদুদি নঙনা? আদসু ময়াম শোই তৌবগী শীজিন্নরমগনিদা মুন্না খল্লুকো কোক্তো।"

"হোয়নহৈ, ঙসাই নঙনা ঐগী শমজেৎকা হাৎপীবগী অদুদা পীখিবদু ঙরাং নৎত্রা? কোক্তাগদো হায়নদি হায়রক্কনু।"

"ঙসাইনে ঙসাই, ঙরাংবু ঙসাই নৎত্রা হায়য়ে হুহ! খঙজ লাকচদেদা করি নুপানো নাত্রাগা শেন্দ্রাগা।" ঙসাইগী খাউ অদুদা হুমদুনা ঐগী পার্কর কলম অদু থিবা য়াবা থিরে অসুম ফংদ্রে। খাউ অদুদা কলমদু থিনা থিনা মায় অসে খজিক্তং হাইগৎলুবদা টেবল মনাক্তা খিল্লিবা অলমারিগী মমাঙদা য়াওবা পাক চাউরবা ইশা অসি পিক থন্না উজবা মিংশেল অদুদা ইশানা ইশাগী মায়থোঙবু উজরকই। পোক্লা ঙমশিল্লক্লবা ঐগী কোক্কী শমশিং, খুইজিল্লক্লবা ঐগী মায়গী উনশা, খৌরিগী শুকচিল্লক্লবা উনশা, মাঙশিল্লক্লিবা কুচু। নোক্লিংলপ খল্লুই ঐনা ঙসাই ঐগী নত্তে হায়দনা পীথোক্লম্বা পার্কর কলম অদু ঙসাইনা থৌবাল য়ৌরম্লনি। মদু ঐগী কলমনি। ঐনা মী অতৈগী ওইরমগনি খল্লুবনি হায়বদু শেংলে। হে নীংশিংবা নঙ, ঐবু তপ্না তপ্না থাদোক্তুনা চৎপা হৌরক্লবকো! ঐগী নীংশিংবগী মতিক মঙালসু শোয়দনা উনশাগুম্না খুইরম্লগনি। মসি ঐগী মীৎনা উজ দবগী ৱাতনি। শোয়দনা মাসু চৈশু শুদুনা চৎলম্লগনি। কাউবগী চাংসিগী চাংসিদা সুম হেঙ্গৎলবদি চহী তরাগী মতুংদা ঐ মেমোরি য়াওদৌবা মান্দ্রে। ●

হীদাক কান্নরবা পান্বীশিং ঃ তেক্তা # ৩৬৩

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

ইরোনবদা মহাউ হেঙ্গৎহন্নবা মচল অমা ওইনা হাপ্নবা তেক্তা (Tekta) হায়রিবা পান্বী অসিদা হীদাক্কী ওইবা মগুণশিং খঙলবদি অদোম অঙকপা পোকপসু য়াই। তেক্তা পান্বী অসি ইংলিসতা ক্রেষ্টেট লেটসম্মর মিন্ট (Crested latesummer mint) নৎত্রগা ভিয়েটনামিজ বাম (Vietnamese balm) নৎত্রগা ভিয়েটনামিজ লেমোন বাম (Vietnamese lemon balm) নৎত্রগা ভিয়েটনামিজ লেমোন মিন্ট (Vietnamese lemon mint), ভিয়েটনামিজদা ক্সিয়ানং রু (Xiang ru) নৎত্রগা কিন গোই (Kinh gioi), সাইন্টিফিক নৎত্রগা বোটানিকেলগী ওইবা মমিংদা *এলসোল্টজিয়া সিলিয়াতা (Elsholtzia ciliata (Thunb.) Hyl.)* নৎত্রগা *এলসোল্টজিয়া ক্রিষ্টাতা (Elsholtzia cristata Willd.)* *এলসোল্টজিয়া ফোর্মোসানা (Elsholtzia formosana Hayata)* হায়না কৌই অমসুং *লেমিয়েসী (Lamiaceae)* শাগৈগী মনুং চল্লি। শাগৈ অসিদা চনবা অতোপ্পা মরু ওইবা পান্বী খরদি কাংঘুমান- হিমালায়ান মিন্ট (এলসোল্টজিয়া ব্লান্দা), তুলসী পান্বী - হোলি বেসীল (ওসিমম সেঙতম), ময়াংবা - লাইম বেসীল (ওসিমম কেনম), খোইজু পান্বী - থ্রী লিভ আইসোদোন (প্লেকত্রানথস টর্নিফোলিয়স) অসিনচিংবনি।

তেক্তা পান্বী অসি মণিপুরদদি য়াম্না মরু ওইবা পান্বী অমা ওইনা লৌনৈ। পান্বী অসিগী মনা অসি মণিপুরগী তোপ-তোপ্পা এঙ্গ্বাং অমা ওইরিবা চগেমপোম্বা থোংবদা য়াম্না মরু ওইবা মচল অমা ওইনা হাপ্লে। তেক্তা পান্বীগী মনা, মতোন অমসুং লৈ অদু কূপ্না শোইরগা শিংজুগী মচল অমা ওইনা হাপ্লে। মসিনা মরম ওইদুনা তেক্তা পান্বী অসি মণিপুরগী অয়াম্বা মফমশিংদা মরু ওইনা ইঙ্খোলশিংদা থানৈ।

পাউদমশিংগী মতুংইন্না তেক্তা পান্বী অসি এসিয়াগী লমদমদগী হৌরকখিবনি হায়না পাউদম্লবসু করম্বা মফমদগী হৌরকখিবনো হায়বগী পাউদমদি ফংদে। পান্বী অসি ঙসিদি ইন্দিয়া, নোংপোক থংবা এসিয়াগী লমদমশিং অমসুং য়ুরোপ্তা মহৌশাগী ওইনা হৌবা থেংনৈ। নেপালদদি তেক্তা পান্বী অসি অয়াম্বা মফমশিং সমুদ্র ঈমাইদগী মিটর ১৫০০দগী ৩৪০০ ফাওবা ৱাংবা মফমশিংদা মপূং ফানা হৌই। অৱাং থংবা অমেরিকা অমসুং কোরিয়াদদি তেক্তা পান্বী অসি চীংগী মফমশিংদা অমদি লম্বীগী নাকলদা নাপীশিংগা পূন্না হৌমিন্নৈ। য়ুরোপ অমসুং চাইনাদসু তেক্তা পান্বী অসি মরাং কায়না হৌবগী পাউদমসু লৈ। তেক্তা পান্বী অসি পংশা-শাদবা তেম্পরেট অমসুং অশাবা ত্রোপিকেলগী মফমশিং , সমুদ্র ঈমাইদগী মিটর ১৫০০ ৱাংবা মফমদগীনা মিটর ৩৪০০ ৱাংবা মফমশিংদা মহৌশাগী ওইবা মওংদা হৌই। চোৎ-চোৎ লাওবা লৈবাক লৈশা অমসুং চীংগী নাপোমদা তেক্তা পান্বী অসি য়াম্না চুশিন্ননা হৌবা থেংনৈ। ঐখোয়গী লমদম মণিপুরদদি তেক্তা পান্বী অসি মরোই-মপাং অমা ওইনা ইঙ্খোলদা পাম্না থানৈ। তেক্তা পান্বীগী মতোন অমসুং লৈশিং অদু কৈথেলশিংদা তোয়না য়োনবা থেংনৈ অমসুং লৈনবসু থেংনৈ।

তেক্তা পান্বীগী মশা পূম্নমক্তা অকনবা মনম চেনবা হঙ্গাম মপাল চংলপ তৌবা থাউ মখল অমা য়াওই। পাউদমগী মতুংইন্না য়ুরসোলিক এসিদ (Ursolic acid) অমসুং ওরোজাইলিন (Oroxylin) হায়রিবা কম্পাউন্দশিং অসি য়াওই। ফ্লেভোনোইদ (Flavonoid), ষ্টিরোইদ (Steroid) অমসুং ত্রাইটর্পিন (Triterpenes) শিংসু তেক্তা পান্বীদা য়াওই হায়না পাউদম্লি।

তেক্তা পান্বী অসি মীওইবনা হীরম কয়ামরুমদা শীজিন্নৈ। ভিয়েটনামদদি তেক্তা পান্বীগী মনা অদু শা-ঙা থোংবদা মনম নুংশিহন্নবা অমদি মহাউ হেঙ্গৎহনবদা শীজিন্নবগী মথক্তা এঙ্গ্বাং মহী শেম্বা অমসুং সলাদ শেমদুনা য়াম্না পাম্না চানৈ। ঐখোয়গী লমদম মণিপুরদদি তেক্তা পান্বীগী মনা অমসুং মতোন অদু চগেম পোম্বা অমদি শিংজুগী মচল অমা ওইনা হাপ্লে। মপান অদুসু শিংজু শুবদা হাপ্লে। তেক্তা পান্বীগী মরূ অদু কূপ্না তকখায়রগা এঙ্গ্বাং থোংবদা মহাউ হেঙ্গৎহন্নবা শীজিন্নৈ।

তেক্তা পান্বী অসিদা হীদাক্কী ওইবা মগুণশিং য়াম্না য়াওই। ইন্দিয়াগী য়াম্না লিরবা অনা-লায়েং অয়ুর্বেদ অমসুং চাইনিজগী অরিবা লায়েং পথাপ্তা তেক্তা পান্বী অসি মখল মখা কয়াগী অনা-লায়েংদা হীদাক ওইনা শীজিন্নরকপগী পাউদমশিং লৈ। য়াম্না লিরবা গ্রীক অমসুং রোমানশিংগী লায়েংদসু তেক্তা পান্বী অসি হীদাক ওইনা শীজিন্নরম্বগী পাউদমসু লৈ। চাইনাগী লায়েং পথাপ্তা তেক্তা পান্বী অসি লোক থুংবা, অরুম-লাইহৌ তৌবা, খোঙ হামথবা, চাবা তুমদবা, ওবা-ফায়বা, ওদেমা হায়না খঙনবা মীওইবগী খোঙদা মহী পৈখত্তুনা পোমখৎপা অমসুং ব্রেনগী অনাবশিং লায়েংবদা হীদাক ওইনা শীজিন্নরক্লি। তেক্তা পান্বী অসি বেক্টেরিয়াগী হিংকুপ মখল খরসু হাৎপা ঙম্মী। অপোম-অতং তৌবদা তেক্তা পান্বীগী মনা অদু শুগাইরগা চাং নাইনা তৈবদা অনাবা অদু হন্থহনবগী মথক্তা নাই অদু চিংথোকহনবা ঙম্মী। পূক্নিং-ৱাখল লৈতাদবা মতমদা তেক্তা পান্বীগী মনা অদু ঈশিংদা ফজনা শুগাইরগা লৌবা মহী অদু পীথকপদা মীওই অদু থুনা তূমথহন্দুনা কান্নবা ফল পীবা ঙম্মী। য়াম্না পূক্নিং থৌগৎনীংঙাই ওইবা পাউদম অমগী মতুংইন্না তেক্তা পান্বীদা কেন্সর মখল খরা ঙাকথোকপা ঙম্বগী মগুণশিং য়াওই। বিজ্ঞাননা থিজিনবদগী ফংলকপা পাউদম অমগী মতুংইন্না তেক্তা পান্বীগী মরূদগী লৌবা থাউ অদু মখল-মখা কয়াগী হিংকুপশিং হাৎপা ঙম্মী। হায়রিবা থাউ অদু ভাইরস মখল খরসু হাৎপা ঙম্মী হায়না পাউদম্লি। য়ু য়াম্না অমদি তোয়না থকপা মীওইশিংনা তেক্তা পান্বী অসি অকক্লবা চাংদা চাং নাইনা চারবদি মীওইবগী হকচাংদা য়ু অদুদগী থোক্কনবা অমাঙ-অতাশিং অদুদগী খরমখৈ ঙাকথোকপা ঙম্মী হায়বগী পাউদমসু লৈ অদুবু চাং হেন্না চাবদি ফত্তে। ●