খ্বাইদগী অতাঙবা লনগৈ

- ডা. ঙাঙবম শান্তিকুমার -

ঙসি ইরমদম কংলৈপাক্তা অমদি অতোপ্পা মালেমগী মফম কয়াদা পাক শন্না নারিবা, হকচাং নোইথোক্লিবা, মশা শেংদ্রিবা, লায়না কয়ানা নারিবা পূম্নমক অসি হকথেংননা নৎত্রগসু নাকোয়ননা হকচাং শাজেল অমদি শান্ন-খোৎনবা তৌদবগা মরী য়াম্না লৈনৈ। করিগুম্বা মীয়াম পূম্বনা চাং নাইনা শাজেল তৌরবা নৎত্রগা শান্ন-খোৎনবা তৌরবা অমদি অচম্বা চিঞ্জাক চাবিরবা লোয়ননা অফবা হৈনবী খরা থমদুনা চৎলবদি হায়রিবা অনা অয়েক, লায়না কয়া অসিদগী ঙাকথোকপা ঙমগনি। হোয় লায়না খরা অমদি হেরিদিটরি অমদি জিনেটিকনা ওইহনবা ওইরম্বসু য়াই। অদুবু অয়াম্বা ঙসি মীয়াম্না নারিবা অসিদি মরুওইনা হকচাং খিং-খিং লাওনা লৈতবা, শাজেল তৌদবা, অফবা চিঞ্জাক চাদবা অমদি অচম্বা পুন্সি লেন্দবদগী হৌরকপনি।

হকচাং ফনা, নাদ-য়েক্তনা লৈগে হায়রবদি খ্বাইদগী অহানবদা ঐখোয়না তৌগদবদি হকচাং শাজেল তৌবনি। মরমদি হকচাং শাজেল তৌবনা মীওই অমগী পুন্সিসি য়াম্না অচম্বা, অচুম্বা, অফবা লম্বীদা পুশিল্লি। খুদম ওইনা পঞ্জরবদা, মীওই অমনা শাজেল চাং নাইনা তৌরবদি মহাক মতম চানা তূমনীংবগী ৱাখল্লোন লৈগনি হায়বদি য়ু থক্তুনা, ৱারেম শূদুনা অহিং থেংনা লৈনীংলোই অঙনবা অয়ূক্তা শাজেল তৌগদবনা। হোয় নুংথিলদা শাজেল তৌবসু য়াই অদুবু মীওই অয়াম্বনা অয়ূক্তা থবক চৎত্রিঙৈদা তৌনবনা অয়াম্বনি। অয়ূক্তবু ওইরবসু নুংথিলদবু ওইরবসু অহানবদা শাজেল চাং নাইনা তৌবা মীওই অমনা মতম মাঙহনবা শুংপাম পাল্লোই।

অনীশুবদা, শাজেল চাং নাইনা তৌবা মীওই অমনা য়ারিবমখৈ অফবা, মচি ওইবা চিঞ্জাকশিং চানবা হোৎনগনি। মদু হোৎনদ্রবদি শাজেল তৌবগী কান্নবা মপূং ফানা ফংলোইদবনা। শাজেল কয়া চাং নাইনা তৌরগা গঞ্জা, য়ু পংথক্তা থকচিনবা অমদি অতোপ্পা হকচাংদা শোক্কদবা ময়াই কাবা পোৎলমশিং শীজিন্নরবদি শাজেল তৌবগী কান্নবা করিবু ফংগদগে। মরম অসিনা য়ারিবমখৈ শাজেল তৌরিবা মীওইশিংনা অফবা, মচি ওইবা চিঞ্জাকশিং চানবা হোৎনৈ। অফবা, মচি ওইবা চিঞ্জাকশিং চানবা হোৎনবতা নত্তনা ফত্তবা চিঞ্জাকশিং চাদনবা হোৎনৈ।

অহুমশুবদা, শাজেল নীংথিনা তৌবা নৎত্রগা শান্ন-খোৎনবদা থৱায় য়াওবা মীওই অমনা মহাক্কী পুন্সি য়াম্না মওং মরিন চুম্না থম্মী হায়বদি মহাক্লা থবক খুদিংমক মথং মনাও নাইনা থম্লিংই। খুদম ওইনা হায়রবদা, চাবা মতমদা চাবা, শান্নবা মতমদা শান্নবা, লাইরিক লাইশু, মহৈ মশিন তম্বগী মতম কায়থোকপা, কোয়বা মতমদা কোয়বা অমদি নুংঙাইথোকপা অসিনচিংবা। হায়বদি থবক খুদিংমক মতাং মতম চানা তৌনবা হোৎনৈ নৎত্রগদি হীরম খুদিংমক পাঙথোকপা ঙমলোইদবনা।

মরিশুবদা, শাজেল তৌবা অমদি শান্ন খোৎনবা তৌবা মীওই অমনা মতম্বু চাং নাইনা অমদি মমল লৈনা শীজিন্নৈ। মতম্বু মমল লৈনা শীজিন্নদুনা তোঙান তোঙানবা হীরম কয়া তৌবা ঙম্মী। মতম্বু মমল

লৈনা শীন্নদ্রবদি হকচাং শাজেল তৌবগী অমদি অতৈ অতোপ্পা থবক কয়া তৌবগী মতম ফংলোইদবা মরম্না। মশা মউ ফনা লৈনবা হোৎনবা মীওইশিংদি অয়াম্বনা লমচৎ শাজৎ অমদি ৱাখল্লোন ৱাংবনা মখোয়না তৌজবা থবক খুদিংমক নীংথিনা পাঙথোক্লিংই। থবক খুদিংমক নীংথিনা

পাঙথোকপা হায়বসি মতমবু মমল লৈনা, লিক্লা অমদি হৈ-শিংনা শীজিন্নদ্রবদি পাঙথোকপা ঙম্লোই।

পঞ্জরিবা খুদিংমক অসি শাজেল চাং নাইনা তৌদ্রবা, শান্ন খোৎনবা তৌদবা মীওই অমনা হায়রিবা হীরম কয়া অসি তৌবদা চাং নাইদে নৎত্রগা তৌনিংলুদে। খুদম ওইনা পল্লবদা শাজেল নৎত্রগা শান্ন খোৎনবা তৌদবা মীওই অমনা মহাক্লা করি করম্বা চীঞ্জাক চারি হায়বসি থোইদোক্লা খম্বরুবা তৌদে। নৎত্রগা তূম্বা চাবগী মতমসু থোইদোক্লা চাং নাইনা থম্লবা হোৎনরুদে। তূম্লিংবা মতমদা তূম, চানিংবা মতমদা চা, কোয়নিংবা মতমদা কোয় তৌবনা অয়াম্বনি। অদুবু মশা মউ ফনা লৈনিংবা শান্নরোয় নৎত্রগা শাজেল তৌবা মীওই অমদদি অসিগুম্বা হৈনবী অসি য়াদে। অসিগুম্বা হৈনবি অসি হেক ইল্লবদা মহাক্কী শাজে লদা, শান্নবদা নৎত্রগা অতৈ হীরমশিং পাঙথোকপদা অদুম অয়েৎপা পীরকপনা।

অসুম্না শান্ন-খোৎনবা অমদি শাজেল চাং নাইনা তৌবা হায়বসিনা অফবা কয়া অমা পুরকই অমদি লায়না কয়াদগী ঙাকথোক্তুনা নুংঙাইনা হিংবা ঙমহল্লি। পুন্সিদা নুংঙাইবা হায়বসি শেল পায়রগা, অচৌবা মথোল ৱাংবা য়ুমশিং, কারনচিংবা লৈরগা হেক্তা নুংঙাইবা নত্তে। হকচাংবু ফরবদি নুংঙাইফমগী নুংঙাইফম ঙাক্তনি।

ৱর্ল্ড হেল্থ ওর্গনাইজেসনগী মতুং ইন্না মালেমগী ওইনা পুন্না মীওই চাম্মা শিবগী মনুংদা দাইবেটিস, কেন্সর, হার্টকী লায়না হায়রিবা অহুমসিনা ৭০%গী মথক্তা শিহল্লি। মীশি অসিগী মরু ওইবা মরমদি হীদাক মনা (টোবেকো) শীজিন্নবা, থবক শূদবা, হায়বদি হকচাংগী মসলশিং শীজিন্নদবা (ইনএক্তিভিটি), হকচাংদা শোকপা য়ানা য়ু থকপা, অফবা চীঞ্জাক চাদবা অমদি ফত্তবা নুংশিৎ হোঞ্জিবা (এয়র পোল্যুসন)। অদুগা য়ু এস এদা খ্বাইদগী শাথিবা য়াম্না নুংনাংনীংঙাই ওইবা লায়না অনী হায়রগদি কা হেন্না হকচাং নোইনা, লূম্বা অমদি য়াম্না তন্না হিংবা (ইনএক্তিভ লাইফষ্টাইল) অসিনি।

মথক্কী শন্নকপা থিজিন হুমজিনবগী পাউ অসিদগী ঐখোয়না খঙবা ঙম্লে মদুদি ঐখোয়গী পুন্সি মরেল অসিনা ঐখোয়গী হকচাংদা মখল মথেলগী লায়নাশিং পীরি। য়ু এস এ অমদি অতৈ লৈবাক কয়াদা থোক্লিবা হকচাং ফৎলক্তবগী হৈনবী অসি মরু ওইনা কা হেন্না অথুম-অহাও অমদি থাউ-থুম হেন্না য়াওবা অচা-অথক চাশিনবা অমদি নুমিৎ চূপ্পা ফমজিন্দুনা থবক শূবা অসিনি। চাবদদি হেন্না চাশিল্লে অদুগা চাশিল্লিবা কেলোরিশিং, ইনর্জিশিং অদুবুদি থবক শূদুনা শীজিন্নদ্রবনিনা নোংমা নোংমগী ফেট পৈশিন্দুনা সুম থম্লকপনা ওবেসিটি ওইহল্লিবনি। মসিনা থম্মোয় (হার্ট দিজিজ) ওইবা লায়না কয়া অমসু পুরকই। মরম অসিননি চাওখৎলবা লমদমশিং অসিদা মীয়াম পুম্বা জিমদা, পার্কতা, চীংয়াদা চত্তুনা হকচাং শাজেল চাং নাইনা তৌদুনা, অফবা, অচম্বা চীঞ্জাক চাদুনা অমদি অফবা হৈনবি থমদুনা হকচাং ফনা লৈনবা হোৎনরিবা।

তশেংবদি হকচাং ফনা লৈবা হায়বসি য়াম্না লুবা, শেল চঙবা, মতম চঙবা থবক্তি নত্তে। ঐখোয়না সুম থৌশাদবগী তৌদবনি। খুদম ওইনা শন্নপ্পা পঞ্জরবদা, হকচাং ফনা লৈগে হায়রবদি চাং নাইনা হকচাং শাজেল তৌবা মথৌ তাই। মসি অরুবা থবক নত্তে, মরু ওই খল্লুদবনা তৌদবনি। চাং নাইনা হকচাং শাজেল তৌবা হায়বদি চায়োল অমদা মিনিট ৪৫ দগীনা পুং ১ ফাওবা চয়োল অমদা অহুম্লক্তগীনা মরিরকুম্বা শান্নবা অদুনি। চাবদা হায়রগনা নোংমদা চরা পিকতক-পিকতক্লা চরা মরি/মঙারক চাবীবা হায়বদি নোংমদা অনীরক অহুম্লক্তা চাগদবা চীঞ্জাকশিং অদু পিক্তক্লা মরি/মঙারক থোক্লা খায়দোক্লগা চাবিবা অদুনি লোয়ননা ঈশিং য়াম্না থকপিবা। অসুম্না চরা মরিরক/মঙারক চাবসিনা পুক য়াম্না কুইনা হাঙনা লাম্বদগী তাখত্তুনা কা হেন্না অমুক্তা চাশিন্নীংবগী হৈনবিদু লৈরোই। অসুম্না পুক্তা পিতক চাবগী অতোপ্পা কান্নবা অমনা অমুক্তা কা হেন্না চাশিনবগী পুক চাউথোরকপা থিংবদা মতেং ওই। অসুম্না পিক্তক পিক্তক চাবসিনা হকচাংবু তূমনিংবসু ফাওহন্দে থবক তৌবা মতমদা।

চাবগী মতাংদা লাকপদা, ঐখোয় ইরমদমগী নোংমদা চরা অনীখক্তনা চাবগী হৈনবী অদুননি পুক চাউথোক্লিবা অমদি তূম্লিংলিবা মরু ওইনা ওফিসতা নৎত্রগা ফমদুনা থবক শূবা কাঙবুশিং। মসিনসু মরম অমা ওইরিবনি ইরমদমদা ওফিসকী থবক মঙম শানবা ঙমদ্রিবা। কদায়দগী মঙম শাল্লগনি থেংনা লাক্লগা ওফিসতা তূমদুনা লৈরনি অদুদগী অমুক ঙন্তা য়ূমদা হল্লনি। টাইৱান্দদি ওফিসতা তূম্বকসে অমত্তা উবা ফংদে। মসি মখোয়না কা হেন্না অচৌবা চরা চাদবা অসিননি, মরু ওইনা চাক্কী শরুকসি তেংকোট অমখক চাই চরা অমদা। ঐখোয়গীদি হায়জরবোই।

খ্বাইদগী অফবা চীঞ্জাক হায়রগদি খ্বাইদগী থোংবদা লায়বা অমদি শেল চঙদবা অদুনি। চম্না ফুৎপা, কাঙশোয় থোংবা, উত্তি, শীংজু অমদি মোরোক য়াম্না শাদনা শেম্বা ইরোনবনচিংবনি। শা-ঙা থোংবদসু থাউ থুমগী শরুকসি য়ারিবমখৈ তানা হাপ্পগা থোংবিবা। শা ঙাসু খ্বাইদগী ফবা খুৎথোংদি কাংশোয়গুম থাউ, মরু মরাং অমদি মোরোক য়াম্না হাপ্তনা থোংবা অদুনি। ইরোনবা চারুনু হায়রুরদি হকচাং ফদ্রসু কায়দে হায়রকপা য়াই ইরোনবা অদুম চাসি, তৌবতবু মোরোক অমদি থুমগী শরুক্তু হম্বহনবিয়ু। শাজেল চাং নাইনা তৌবা অমদি অফবা চীঞ্জাক চাবগা লোয়ননা মতিক চানা পোথবা মথৌ তাই হায়বদি পুং ৭/৮ পোথবা নোংমদা। হকচাংদা মতিক চানা পোৎথাবা পীদনা হকচাং ফবা ওইথোক্তবনি। হীরমশিং অসি তৌবসি থোইদোক্লা অরুবা নত্তে, শেল চাঙবসু নত্তে অদুগা মতম য়াম্না চঙবসু নত্তে। খ্বাইদগী লুরিবদি হকচাং ফনা লৈবসি অসুক্কী মতিক মরু ওই হায়না লূম্না লৌবদুনি। ৱাখল্লোন অসিবু লৈরদি চাং নাইনা শাজেল তৌবা, অফবা চীঞ্জাক চাবা, নীংথিনা পোথবা অমদি অফবা হৈনবী থম্লবনচিংবা পূম্নমক লায়না থোক্কনি।

য়ু এস এ অমদি অতৈ চাওখৎপা, লায়েংবদা শেল লৈবা লৈবাকশিংনফাও অসুক্কী মতিক চেকশিন্না মশা মউ ফনা লৈনবা হোৎনরি। অদুগা অসুক লায়রনা হিংজবা, শেল লৈজদবা, নি নিদুনা হিংজবা, মেদিকেল ফেসিলিটি মপূং ফনা, শুনা লৈজদবা, হেল্থ ইন্সুরেন্স লৈনদবা অমদি লায়েংনবা শেল লৈজদবা ঐখোয়গী ইরমদম কংলৈপাক্তদি করিসু নাচুংবিদনা হিংলি। মসিগী ৱাখল্লোন অমদি হৈনবী অসিনা মীওই কয়া কয়া লমখাংদা পুন্সি লোমহল্লি, শেল তিংহল্লি অমদি ইমুং-মনুংদা, মরুপ-মপাংদা অৱাবা তত্তনা পীরি। খুদিংমক অসিদগী লাপথোকসি, ঙাকথোকসি হায়রবদি খ্বাইদগী ফবা লম্বীদি হকচাং ফনা লৈনবা হোৎনবা অসিনি। ৱানা ৱানা পুন্সি লেন্দৌ শরুক, শেল চঙনা চঙনা, মতম মাঙনা অতোপ্পদা অৱাবা, অয়েৎপা কয়া পীদুনা ফরক্লনি ফরক্লোই খঙদনা লায়েংদৌ শরুকপুদি নাদ্রিঙৈদা অফবা হৈনবী থমদুনা, অচম্বা চীঞ্জাক চাদুনা, শাজেল চাং চাইনা তৌদুনা নাদনবা হোৎনবনা চাম্মদা চাম্মা ফৈ। মসি খঙনা খঙনা করিগীনো ঐখোয়না হকচাং ফনা থম্লবা করিসু হোৎনদ্রিবা। তপ তানা নারবকান্দতা লায়েংনবা হোৎনবা, শেল তিংহনবা, ইমুং-মনুং অমদি অতোপ্পদা অৱাবা পীবা, পূম্নমক্কী মতম মাঙহনবগী হৈনবীসি তোক্লসি ঐখোয়। শাথিবা লায়না অমনবু নারকপদা লৈঙাক্লা কনবিগনি হায়বসু লৈতবা অদুগা ইন্সুরেন্স কম্পনি য়াওদুনা মখোয়না অচংবা শেনফম পুথোকপিদুনা কনবিগনি হায়বসু লৈতবা ইরমদম কংলৈপাক্তদি খ্বাইদগী ফবা লম্বীদি ইশা ইশানা হকচাং ফনা লৈনবা হোৎনবা অসিনি।

হকচাং ফবগী লমসিদা মালেমগী মকোক মথং কয়ারক তাদুনা লাক্লবা অমদি য়াম্না চেকশিন্না চাবা থকপদা, শাজেল তৌদবা অমদি লমচত্তা য়াম্না চম্না, চুম্না হিংজবা ঐহাক্কী ইফমদফাওবা শাথিখ্রবা লিমফোমা কেন্সর হায়রিবা লায়না অসি করোমদগীনো খঙহৌদনা থোমজি ল্লক্লিবনি। করিগুম্বা ঐহাক্লা ইরমদম কংলৈপাক্তা লৈরম্বা ওইরবদি ৱারেংসি ইবা ঙম্লমদবসু য়াই, হায়বদি লায়েংবা ঙমদদুনা ঐহাক্কী পুন্সি লমখাংদা লোইখিরম্বা য়াই। হিংলম্বা থোক্লবসু শিবা ঙাইদুনা হিংদৌ মঙাই মরমদি ঐখোয়গীনি হায়বা লৌ, ইঙ্খোল অমদি লায়েংনবা শেল লৈতবনা। অদুবু লাইবক ফবনা টাইৱানদা লৈরম্বদগী হেল্থ ইন্সুরেন্স য়াওরম্বদগী শেল অমত্তা তিংদনা লায়েংদুনা ঙসি হকচাং ফনা অমুক হিংদুনা ঐহাক্কী ৱারেংশিং তত্তনা ময়ামদা ফোঙদোকচবা ঙমজরিবনি। অদুবু ইরদমদদি অসিগুম্বা ফেমিলি ৱেলফেয়র অসি লৈতবনা হেন্না চেকশিনফম থোকই। ঐহাক্কুম্বা য়াম্না চেকশিন্না হিংজবা ঐঙোন্দফাওবা অসিগুম্বা শাথিখ্রবা লায়না অসি পায়শিল্লকপা ঙম্লবদি শোমগী পুন্সিদদি কমদৌবা। ইশাগীতা নত্তনা খুন্নাই অসিবু শেমগৎসি হায়রবদি ঐখোয়না খুদিংমক মশা মউ ফবা মীওই অমমম ওইফম থোক্তব্রা। মশা মউ ফবা মীওইশিংনা মশা মউ ফবা খুন্নাই অমা শেমগৎপা ঙমগদবনি। মসি য়াম্না লুনা অমদি লূম্না লৌফম থোকপা ৱাফম্লি হায়না থাজগে।

লোইশিল্লকপদা, ইংলিসকী প্রোভর্ব, ''প্রিভেন্সন ইজ বেট্টর দেন ক্যুর'' হায়বসিমা নীংশিংবা য়াই। পাউরৌ অসি য়াম্না চুমখ্রবা পাউরৌনি। নাদ্রিঙৈদা নাদনবা হোৎনহৌবনা খ্বাইদগী ফৈ খুদিংমক্কী। নাদনবা হোৎনবা হায়বসিদনি চাং নাইনা হকচাং শাজেল তৌবা, তূম্বা, পোথবা, অচম্বা, অফবা চীঞ্জাক চাবা, মপূং ফনবা পোথবা অমদি অফবা হৈনবীনচিংবা থম্বা মথৌ তারিবা। নারকান্দা ৱানা ৱানা খাঙদৌ শরুক, ইশাদা অমদি অতোপ্পদা অৱাবা, অয়েৎপা পীদৌ শরুক, শেল চাউনা চাউনা তিংদুনা লায়েংলগা হিংগনি, শিনি খঙদবা ফীভমদা লৈদৌ শরুক ঙসি হায়বা নুমিৎসিদগী চাং নাইনা শাজেল তৌবা, অফবা, অচম্বা চীঞ্জাক চাবা অমদি অফবা হৈনবী থমদুনা চৎপনা শরুক চাম্মা চাম্মা ফৈ

হায়বসে কাউরগুমসি ইরৈচাশিং। হকচাংনবু ফরবা অতৈদি ফজবগী ফজবা ঙাক্তনি, নুংঙাইবগী নুংঙাইবা ঙাক্তনি অমদি নুংশিবগী নুংশিবা ঙাক্তনি। লন ময়ামগী মনুংদা খ্বাইদগী মতিক ময়াই লৈবা, অতাঙবা, মরু ওইবা কৈদি/লনদি হকচাং ফবনি কাউরগুমসি। হকচাং ফনা লৈরসি ঐখোয় ইরমদম খুন্নাই অসিগীদমক। য়াইফমিন্নরসি। ●

কংলাগী থৌরম অমদা ওনরেবল এম পি অমগী ৱাঙাঙদা অৱাই-অখুম তৌনরকপা

- খুন্দোংবম কুমার -

ইজরিবা ঐহাক লাইনীং খুদিংমকপু ইকায় খুম্নজবা মীশক অমনি। লোয়ননা কনাগুম্বা লূপ অমদা নৎত্রগা মীশক অমত্তদা মুক্লবা নৎত্রগা শিংনবনি হায়না লৌবীরোই। চুম্নতা ঐখোয়গী ইরমদম মৈত্রবাক মণিপুরবু ঙাকপী শেনবীদুনা কনাগীসু মখা পোলহন্দনা থম্বীরমখিবা লাইওইখ্রবা ইনিংথৌশিংদুবু নুংশিজদুনা মখোয়গী অচুম্বা লিক্লম পুথোক্লবা হোৎনজবনি। অদুবু লাইবক থীবা হায়গদ্রা, ফবা হায়গদ্রা ইরমদমসি দেমোক্রেসি চৎপা হায়বদি মীয়ামগী মীহুৎশিংনা লৈঙাকপা সেক্যুলরিজমদা যূম্ফম ওইবা ইন্দিয়া কৌবা লৈবাক অসিগী ঈরোলনুংদা চঙখ্রে। নিংথৌ পান্দ্রে, নিংথৌগী লৈঙাক লৈত্রে। মীপূম খুদিংমক মশা মশানা অপাম্বা লাইনীং লম্বী খঞ্জবা, চৎচবা, শন্দোক্লবা য়ানরে। তৌবতবু কনাগুম্বা লূপ অমনা নৎত্রগা মীশক অমনা লাইনীং অমবু ঙাকশেল্লিবনি হায়দুনা অতোপ্পা লাইনীং অমবু হুন্দুনা ঙাঙবা, করেম্নবা, নোক্লবা অসি ঙসিগী লৈঙাক পথাপনা য়াদ্রে।

অতোপ্পা ৱাফম অমনা, মালেমসিদা লৈরিবা লৈবাক খুদিংমক নিংথৌ পাল্লিঙৈ মতমগীবু ওইরো, পাল্লক্তবগীবু ওইরো মতমগী য়াওলদা অহোংবা লাকখিবা ঙাক্তনি, লাইনীং লম্বীসু অদুমঙাই অহোংবা লাকখিবগী ঈ-পাউ কয়া পুৱারীগী লাইরিকশিংদা থেংনবীগনি। ঙসি ঙসিমকসু অরিবা লাইনীং থাদোক্লদুনা অনৌবা লাইনীং লৌনরকপা লেপ্পা লৈত্রি। মসিদা ঐখোয়না করিসু তৌবা ঙমলোই, মতমগী খোঙলৈনি। 'হিন্দু' হায়বা ৱাহৈসিমকসু ইন্দি দয়াদগী পোকখিবা ৱাহৈ ওইরম্লোই, কোন্না লাকখিবা ওইরমগনি খল্লি।

অসিগুম্বা লাইনীং অমগা, লাইনীং অমগা হিদান্নরিঙৈ তানফমসিদা ঐখোয়গী ইরমদম মৈত্রবাক মণিপুরগী মীহুৎ ওইবিরিবা ইকায়খুম্নজরিবা এম পি অমনা হন্দক ওগষ্ট ২৯, ২০১৯দা কংলাগী থৌরম অমদা হিন্দু লাইনীং লৌরুবদগী 'অনম অহা চুবা', চহী তরেৎ খুন্তাকপা থোকখিবগী ৱাফম ফাওবা লাইনীংগা মরী লৈনরপ তৌনা ফোঙদোকখিবা লাইবক থীবনি। মথং নোংমা নীনিগী মতুং ওগষ্ট ৩১, ২০১৯দা কম্মিটি অমনা অমুক কন্দেম তৌরকই অদুদগী অতোপ্পা লূপ অমগী অইবা অমনা অমুক রিয়েক্ট তৌরকই (মমিং পঞ্জরোই)। অসুম্না অৱাই অখুম তৌনরকপদা মৈদিংঙু গরিবনিৱাজবু বিষ্ণু গোষামীগী মচা নত্তরা? অমুক হংজিল্লকই। অনম অহা চুবা, হিন্দু লাইনীং লৌরুবা, চহী তরেৎ খুন্তাকপগী ৱাফম থমখিসি। বিষ্ণু গোষামীগী ৱাফমদা অমুক লাকচগে, অদুবু ইজরিবনদি কয়ারক হন্না চেফোঙসিমক্তদা হাপচখ্রবনি, ঙসিগী মৈত্রবাক মণিপুরগী মীয়াম্না মরুওইনা নহারোলশিংনা নৈনবীরগা ৱারেপ লৌবীয়ু হায়না।

কুমজা ১৭০৯দগী ১৭৪৮ ফাওবা পানখিবা মৈদিংঙু পামহৈবা/নিংথেম ময়াম্বা/গরিবনিৱাজগী মচা-মশু-শুথাং ওইবিরিবা ওনরেবল এম পিনা থম্বীখিবা ৱাফম (চাউরাকপা থমজখ্রে) গী অৱাই অখুমদা অইবা অমনা মৈদিংঙু পামহৈববু বিষ্ণু গোষামীগী মচা নত্তবরা হায়বা ৱাফমসিদা ইকায়খুম্নজরিবা অৱাংবা থাক্কী মহৈ মশীন হৈবীরবা ওনরেবল এম পি সাহেবনা করি খনবীরি অমসুং করি ফাওবীরি। অদুবু অমবু ওইগেরা, অমবু ওইগেরা ঙসি ফাওবদা মণিপুরসিদা লৈরিবা নিংথেমচাশিং হায়বদি রাজকুমারশিং অয়াম্বা মৈদিংঙু গরিবনিৱাজগী মচা মশু-শুথাং (চাদা) ঙাক্তনি হায়বসিমদি চেনবা য়াররোই। অদুবু মথক্তা পঞ্জখিবা ৱাফমদুগী মতুংইন্নদি মণিপুরগী নিংথেমচাশিং খুদিংমক বিষ্ণুগোষামীগী মচা-মশু শুথাংঙাক্তা ওইরবরা? হায়বা ৱাফমদা লাক্কনি। মতাং অসিদা ওনরেবল এম পি সনখ্যা ইবুংঙোগী করি করম্বা ফিরেপ লৌবিগদগে হায়বা ৱাফমসু লাক্কনি। ফোঙদোকপীখিবা ৱাফমশিংদুগী মতুংইন্নদি ইশাগী খোঙদা ইশানা থাঙজৌনা য়ানশিঞ্জবগা চপ মান্নরবরা খঞ্জে, ঙাকপীগনি।

ঐহাক্লা খঙজবা/থেংনজবা পুৱারীগী অচুম্বা লিক্লম থিগৎচরুবদা মৈত্রবাক মণিপুরদা মৈদিংঙু পাইখোম্বা (কুমজা ১৬৬৬-১৬৯৭) অমসুং মৈদিংঙু চরাইরোংবা (কুমজা ১৬৯৭-১৭০৯) গী মতমদা ময়াং লম্বোইবা বিষ্ণু গোষামী কৌবা মীশক অমত্তা লাকখিদে, খুদম চাংদম অমত্তা ফংদে, লমখাংদা লাইনীং অমবু মুথৎনবা হোৎনবগী খুজিল থৌরাংদা পুথোকখিবা মমিংনি।

নীংশিংজনীংবা অমনা - নরসিংহ শাগৈগী মবুথৌ মৈদিংঙুচা ঙৌব্রাম শাইগী মচে ৱাওঙমলোন চনু চপকলাতা শান্তিদাস গোষাইদা ওংখি, মচননুপী হরিপ্রিয়াগা ময়াং কছাড় নিংথৌদা থাজখি। মৈদিংঙু পামহৈবা/গরিবনিৱাজনা মমাক গুরু শান্তিদাসপু লৈবাক্কী থৌশিল থৌগায় কয়াদা শীজিন্নখি, লাঞ্জিং পুরেন ফাওবা ওইহন্দুনা ঔৱা লৈবাক্তা লান চৎহল্লি। অদুদগীদি ঔৱাগী লমকন মনুংদা লৈবা লাল্লুম লানশঙ অমগী মনুংদা শান্তিদাস গোষাই নাশিল্লক্তুনা কুমজা ১৭৪৪গী হিয়াঙ্গৈ ২৭তা লৈখিদবনি। মতেক খরতমক লৌথোক্লগা থমজবনি। চৈথারোল কুম্বাবদা য়েংবীয়ু। করিগুম্বা কুম্বাবা লাল্লে হায়রবা অরিবা মৈতৈ ময়েক্লা ইবা ওরিজিনেল পুথোকপীরকউ।

ইজরিবনা অমুক্কা হন্না থমজরিবদি (হান্নসু কয়ারক হন্না ফোঙদোকচখ্রবনি) - ঐখোয়গী পোইরৈ মৈত্রবাকসিদা লৈরিবা মীরোলসিগী মরক্তা অৱাংবা থাক্কী মহৈ মশীন হৈরে হায়বগী খূৎয়েক পীজবা মাইচৌ/মাইনৌ/পণ্ডিটনি হায়বা মীশক খরনা মৈদিংঙু পামহৈববু বিষ্ণু গোষামিনা নুংথিন চাইবীগা লৈমিন্নরগা পোকখিবনি হায়জিন্দুনা লমখাংগী শেমজিন শাজিনবা লাইরিকশিং পুথোক্তুনা ঐখোয়গী ইরমদমসিবু ঙাকপী শেনবীরমদুনা কনাগীসু মখা পোলহন্দনা থম্বীরম্লিবা ইনিংথৌসিবু পাউথোকপীদুনা মীংচৎ থীহন্নবা হোৎনরি। নুংথিন চাইবীগী মচানুপা অনীনি হায়জরক্কে:- চরাইরোংবনা সাপম চনু নুংথিন চাইবী পান্নরগা কুমজা ১৬৯০দা (১) পামহৈবা/নিংথেম ময়াম্বা পোকই অদুগা কুমজা ১৬৯৫দা (২) নিংথেম লোইয়াম্বা পোকই (থবানদি পঞ্জদ্রে)। নুংথিন চাইবী মচানুপা অনীগী মমা ওইখি। অদুবু লাইবক থীবদি নুংথিন চাইবী কুমজা ১৭৯৬কী ইংঙা ২৭তা লৈখিদ্রে। মতমসি মৈদিংঙু পাইখোম্বগী সনা হাক্তক্তনি, চরাইরোংবা নিংথৌ ফম্বাল লাংদ্রি। মৈদিংঙু চরাইরোংবনা নিংথৌ ফম্বাল লাংখিবদি কুমজা ১৬৯৭কী লমদা ১০দনি। মৈদিংঙু চরাইরোংবগী ফম্বাল চহী ১৩ খক্তনি। মৈদিংঙুসিনা লৈখিদবসি কুমজা ১৭০৯ (শকাব্দ ১৬৩১, ইংঙেন ৭) দনি। অদুগা মৈদিংঙু পামহৈবনা ফম্বাল লাংখিবা কুমজা ১৭০৯গী থৱানগী ২৩নি পানবদনি, মশাগী চহী ২০ শুরকপদনি। মতাংসিদনি ইজরিবনা তিনশিন্নবা/খাইদোক্লবা হৈতে হায়জরিবসি। শিখ্রবা নুংথিন চাইবীসিবু মৈদিংঙু চরাইরোংবনা নিংথৌ ওইরবা মতমদা অমুক পুথোক্লক্তুনা অহিংবা ওইহল্লি, কমদৌনা চহী ১৩ খক্তং নিংথৌ ওইরম্বা মতমদা পোকখি হায়রিবা পামহৈবনা চহী ২০ শুগদৌরি। মতাং অসিদা বিষ্ণু গোষামীগী অশেম্বা ৱারী থুপচিঞ্জরে।

ঐহাক্লা থেংনজবদা মঙাংশিং লোইবী ফৌওইচীংদা তারম্বনি থিবিয়ু। মতমদুদা মৈদিংঙু নাউথিংখোং (কুমজা ৬৬৩দগী ৭৬৩ ফাওবা পানখিবা) না মঙাংশিংবু মায়থীবা পীদুনা লোইশিনখি। অদুদগী মৈদিংঙু নাউথিংখোংবু মঙাং ঙম্বা হায়না কৌখিবগী ৱারী চাউনা লৈরিবনি। খরা লেমহৌবা মঙাংশিংনা করম্বা সলাইগী কাঙলূপশিংদা চঙখিবগে হায়বনচিংবা 'নাউথিংখোং ফম্বাল কাবা' হায়বা পুয়া লাইরিক্তা থেংনবীগনি। নোংচুপ হারম/নোংপোক হারমদগী চঙশিন্নরকখিবা কাঙলূপশিংনা মতমদুগী নিংথৌশিংগী অয়াবা মতুংইন্না ঐখোয়গী য়েক সলাইশিংদা তাংখিবা (তিনশিনখিবা) কয়া লৈখিবা অখঙ-অহৈশিংদা হংবীয়ু। ঐহাক অদোমদা চঙশিঞ্জরোই। ইতিক ইপাসু লৈজদে। পুয়া শুবা য়াম্না লৈবনি।

অরোইবদা ইজরিবা ঐহাক্লা থমজরিবদি - মৈদিংঙু পামহৈবা/গরিবনিৱজা ইনিংথৌসি মৈদিংঙু নোংদা লাইরেন পাখংবগী ঈগী মরীদা মথং মথং চথরকপা ঈমাং য়াওদবা সনা ঈনি। অসিগুম্বা নমথাক্কী ওইবা লমখাংদা শেমগৎ শাগৎখিবা মথোং মরম খঙদবা লাইরিকশিং অসিনা ঐখোয়গী লৈবাকসি ইকায় ফিরুক খুমহন্নবা হোৎনরি। ওনরেবল এম পিগী লৈঙাক্লা অচুম্বা ৱায়েনগী মীৎয়েং চঙবীরক্লগদি মীয়াম্না অদোম্বু মতম পূম্নমক্কী ওইনা থাগৎতুনা লৈহৌরগনি হায়বসিমখক্তংগা থমজরমগে। ●

পাউচে অসিদা ফোঙজরিবা ৱারেংশিং অসিগী ৱাখল, মীৎয়েং অইবা মশা মশাগীনি। পাউচে অসিগী ৱাখল্লোন অমসুং মীৎয়েংগা থোইদোক্লা মরী লৈনদে।