হীদাক কান্নরবা পাম্বীশিং ঃ হৈবুঙ

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

মণিপুরগী অনা-লায়েংগী পথাপ্তা হৈবুঙ হায়রিবা পাম্বী অসি য়াম্না মরুওই। হৈবুঙ পাম্বী অসি ইংলিসতা হিমালায়ান গার্সিনিয়া (Himalayan Garcinia) নৎত্রগা সৱার মেঙ্গোসতিন (Sour mangosteen) নৎত্রগা ফোলস মেঙ্গোসতিন (Fales mangosteen) নৎত্রগা মৈসুর গেম্বোজ (Mysore Gamboge), আসামিজদা দাম্পেল (Dampel) নৎত্রগা তেপো তেঙ্গা (Tepo Tenga), বেঙ্গোলিদা চালতা (Chalta), গারোদা অরুক (Aruak), হিন্দিদা তামাল (Tamal) নৎত্রগা উমুল (Umul), মিজোদা থেমুসো (Thehmusaw), মালায়ালমদা আনাভায়া (Anavaya) নৎত্রগা পিনার (Pinar) নৎত্রগা সামুদ্রপাকা (Samudrapacca), ওরিয়াদা তাপিনছা (Tapinchha), সংস্কৃতা ভাবিছ্যা (Bhavishya) নৎত্রগা কালাখান্দা (Kalakhanda) নৎত্রগা কশুমোদর (Kusumodar), টামিলদা পাশিলাই (Paccilai) নৎত্রগা পাচিলাই (Pachilai), তেলেগুদা সিকাটিমরামু (Sikatimramu) নৎত্রগা মেমাদিটামালামু (Memaditamalamu), সাইন্টিফিক নৎত্রগা বোটানিকেলগী ওইবা মমিংদা *গার্সিনিয়া জান্থোকাইমস (Garcinia xanthochymus Linn.)* নৎত্রগা *গার্সিনিয়া দুলসিস (G. dulcis)* নৎত্রগা *গার্সিনিয়া তিনক্টোরিয়া (G. tinctoria)* হায়না কৌই অমসুং *ক্লুসিয়েসী (Cluciaceae)* শাগৈগী মনুং চল্লি।

হৈবুঙ পাম্বী অসি অৱাং থংবা ভারত, খা থংবা চাইনাগী লমদমশিং, ম্যান্মার, বংলাদেশ, মালেসিয়া, থাইলেন্দ অমসুং অৱাং নোংপোক ভারতকী মফমশিংদগী হৌরকখিবনি হায়না পাউদল্লি। মালেমগী ওইনা গার্সিনিয়া জিন্সকী মখাদা স্পেসিস ২৮০ রোম লৈবগী পাউদম লৈ। হৈবুঙ পাম্বী অসি এলবর্ট জেগর হায়রিবা নুপা অসিনা কুমজা ১৯৯০ দা হৱায় (Hawaii) ঈথক্তা ইহান হানবা ওইনা থাখিবগী পাউদম লৈ। পাম্বী অসি নোং মরাং কায়না তাবা অনেম্বা অমদি ময়ায় ওইরপনা ৱাংবা চীংশিংদা হৌই। হৈবুঙ পাম্বী অসি মিটর ১৫ ফাওবা ৱাংই লোয়ননা মহৈ অদু সেন্টিমিটর ৬-৮ ফাওবা চাওই অমসুং মতোন অদু তুমই।

পাউদমশিংগী মতুংইন্না হৈবুঙ পাম্বীদা য়াওবা মরুওইবা সেকেন্দরি কম্পাউন্দ অসি জেন্থোন্স (Xanthones) হায়না কৌই। সিত্রিক এসিদ (Citric acid) অমসুং ভিটামিন সী (Vitamin C) অসি চাং ৱাংলপ্পা হৈবুঙগী মহৈদা য়াওবগী পাউদমশিং লৈ।

হৈবুঙগী মহৈ অসি পানা শোইরগা থুম খরা চাইশিন্দুনা কংহল্লবা মতুংদা মণিপুরদা চানৈ। মহৈ অসি এঙ্গাং অমগুম্না থোংদুনসু চানৈ। ঐখোয়গী লমদম মণিপুরদদি হৈবুঙগী অনৌবা মহৈ নৎত্রগা উগী মকুদগী থোরকপা গম অদু ঙা ফানবা ইন অমসুং লাংগী মচু শংবদা শীজিন্নৈ। হায়রিবা গম অসি গেম্বোজ হায়না কৌই অমসুং এসিয়াগী কৈথেলশিংদা য়োনবা থেংনৈ। এসিয়াগী লৈবাক কয়ামরুমদা হৈবুঙগী মহৈ অসি জেলি-জেম, ভিনেগর অমসুং মখল কয়াগী এঙ্গাং শেম্বদা শীজিন্নৈ।

ঐখোয়গী লমদম মণিপুরদদি হৈবুঙগী মহৈ অসি খোঙ হামথবা, ইতোন ফায়বা অমদি চাবা তুমদবদা হীদাক ওইনা শীজিন্নৈ। হীরম অসিদা মহৈ অদু পানা শোইরগা কংহল্লবা মচেৎ অদু ঈশিংদা মিনিট ৫ রোম শৌহন্দুনা শেম্বা মহী অদুদা খোইহি খরা হাপ্তুনা নোংমদা গ্লাস ২ রোমগী চাংদা পীথক্কনি। অকংবা মচেৎ অদু য়াদা উমদুনসু অদুমক শীজিন্নবা য়াই।

পাউদম অমগী মতুংইন্না হৈবুঙ পাম্বীদা মখল কয়াগী হিংকুপশিং ঙাকথোকপা ঙম্বগী মগুণশিং য়াওই অমসুং মেলরিয়া লায়নাসু ফহনবা ঙম্মী। হৈবুঙগী মহৈ অসি মীওইবগী হকচাংদা য়াওবা মহাও হায়বদি ফেট অসি য়াম্না শিংথানিংঙাই ওইনা হন্থহনবা ঙম্বা মরম্না চাং নাইনা শীজিন্নবদা অনোয়বা মীশিংবু মশা পাথহন্নবা য়াম্না ফবা হীদাক অমা ওইনা শীজিন্নবা য়াই হায়না অখঙ অহৈশিংনা ফোঙদোক্লি।

হায়রিবা মহৈ অসি মীওইবগী হকচাংদা য়াওরিবা কোলেসটেরোল অসি চাং হন্থহনবদসু মতেং পাঙই। অখঙ অহৈশিংগী মত মতুংইন্না হৈবুঙগী মহৈ অসি মীওইবগী থম্মোয়গী য়াম্না ফবা হীদাক অমা ওইনা শীজিন্নবা য়াই। বিজ্ঞানগী পাউদম অমগী মতুংইন্না হৈবুঙগী মহৈদা য়াওরিবা এক্টিভ কম্পাউন্দ অসিনা মীওইবগী মশাদা য়াওরিবা অহেনবা কেলোরিশিং অদু ফেট ওন্থোকহনবা ঙমহন্দে। লোয়ননা গ্লাইকোজেনগী চাং য়াম্না পুথোকহন্দুনা মীওইবগী চানিং-থক্লিংবা অসি হন্থহল্লি। মরম অসিনা হৈবুঙগী মহৈ অসি চাং হেন্না অমদি তোয়না চাবা ফত্তে।

খুন্নাইদা অওনবা পুরকপদা রেভল্যুসনরি ইরাবতকী থৌদাং

- সোটিনকুমার -

(হান্নগী মখা চথজরকপা...)

কুমজা ১৯৩৯ দা মণিপুরদা ফৌ চেঙ তাঙবনা মরম ওইদুনা নুপীলাল হৌরকখি। দিসেম্বর তাং ১২ দা সিফাইগী সঙ্গিন্না থিনবদা ঈহৌসিগা মরী লৈননা ইমা ইবেল অশোক-অপন নংলে, নুপীশিংনা হৌরিবা ঈহৌগা মরী লৈননা মীয়াম তিনবা মিটিং অমদা ঈরাং হেন্না শাগৎপা ৱা ঙাঙলুবগীদমক ইরাবতপু লৈঙাক্লা ফাজিনখি। চহী অহুম ফাদোক তারম্মী। সিলেট জেলদা থাখি। জেল মনুংদা মতমদুগী কম্যুনিষ্ট লুচিংবশিংগা তোৎনা তিন্ননা লৈমিন্নখি। জেলদা মার্ক্সিষ্ট লেনিনিষ্টগী লাইরিক কয়া পারম্মী। সিলেট জেলদগী কম্যুনিষ্ট ওইরকখ্রে। জেলদগী থোরক্লগা মণিপুরদা চঙবদা কম্যুনিষ্ট ওইখিবদগী অথিংবা লৈরিঙৈ মনুংদা কছারদা মহাক্না লৈরিঙৈদা লৌমীশিংগী ঈহৌ শাগৎখি, লাইনীং মান্নদবা, জাৎ মান্নদবা খায়দনা তোল্ল-তারবা লৌমী-শিন্নীগী লুচিংবা ওইরম্মী, কুমজা ১৯৪৩ দা কম্যুনিষ্ট পার্টিদা য়াওরবা মতুং কুমজা ১৯৪৬ তা কছারদা কম্যুনিষ্ট মীরেপ ওইনা ভোট লেপখি। অনীশুবদা লৈহৌই। কছারদা লৌমীশিংগী অরান খুভমগীদমক ঈহৌ শাগৎখিবদুগী ইকায়খুম্নবা উৎপা ওইনা মহাকপু ‘জননেতা’ মিংথোল পীদুনা ইকায়খুম্নখি। মফমদুদগী মে ২৩ দগী জুন ১ ফাওবা, কুমজা ১৯৪৩ দা বোম্বেদা পাঙথোকখিবা সী পি আইগী অহানবা মীফমদা শরুক য়াখি।

কুমজা ১৯৪৬ তা মণিপুরদা হল্লক্লবা মতুং মীয়ামগী লূপ কয়া শেমগৎতুনা ফুরুপ অসিগী শেল-থুম, খুন্নাই-সংস্কৃতি, পোলিটিক্সকী মায়োন্দা অহোংবা অওনবা কয়া পুরক্লবা থেংনখি। নীংতম্লবা ইন্দিয়াগী মনুংদা হেন্না মনীং তম্বা পীবা ষ্টেট অমা ওইনা লৈহন্নবা, কুমজা ১৯৪৬, এপ্রিল ৫ দা নিখিল মণিপুরী মহাসভা অমসুং মণিপুর প্রজা মন্দলগী শুপ্পা ফম্বা মীফমনা, পূর্নদায়ত্বশিল সাসনগী ৱারেপ লৌদুনা ফেদরেলিজমগী অকনবা ইথিল পীখি। কুমজা ১৯৪৭ কী নবেম্বর ৩০ দা এম দি য়ু হোলদা নাগাশিংনা তোঙানবা লৈবাক অমা শেম্বগী ৱাফম লাকপদা মণিপুরগী চীং-তমদা লৈরিবা ফুরুপ পূম্নমক্কী অপূনবা মীফম কৌদুনা য়ুনাইটেদ ফ্রন্ট শেমখি। অপূনবগী শক্তম ঙাকখি। কুমজা ১৯৪৮ গী অহানবা ষ্টেট এসেমব্লি ইলেক্সন্দা উৎলৌ কেন্দ্রদগী কাখি। কুমজা ১৯৪৮ গী ফেব্রুৱারী ২৮ দগী মার্চ ৬ ফাওবা কলকত্তাদা ফমখিবা অনীশুবা সী পি আইগী মীফমনা খূৎলায় পায়বগী লালহৌ চঙশিন্নবা ৱারেপ লৌবদসু কমরেদ ইরাবত আসামগী মীহুৎ অমা ওইনা য়াওখি। কুমজা ১৯৪৮, ওগষ্ট ২৩ দা মণিপুরদা কম্যুনিষ্ট পার্টি ইরাবতকী লমজিংদা লিংখৎখি। কেন্দ্র লৈঙাক্লা মণিপুর, ত্রিপুরা, লুসাই হিলস অমদি কছার দিষ্ট্রিক্ট পুল্লগা পূর্বাঞ্চল প্রদেশ হায়না কৌবা ষ্টেট অমা ওইনা শেম্লগনি হায়রকপগী মায়োক্তা সেপ্টেম্বর ২১, কুমজা ১৯৪৮ দা মণিপুরগী অপূনবা শক্তম ঙাক্লবা হৌরকখিবা অন্দোলন অমসুং পুংদোংবম থৌদোক অদুনা মহাক্কী মথক্তা ৱারেন্ট থমদুনা অন্দরগ্রাউন্দ তাহনখিবদগী এসেমব্লি মীফম অমত্তা য়াওবা ফংহনখিদে।

কুমজা ১৯৪৮ গী সেপ্টেম্বর ২১ গী ‘পূঙদোংবম ঘটনা’ মতুংদা হেনফদনা অন্দরগ্রাউন্দ তারবা মতমদা দিসিপ্লিন লৈবা কম্যুনিষ্ট পার্টি অমা শেমহৌদবগী খুদোংথিবশিং মথং মথং উনরক্লমই। মরম অসিদগী কুমজা ১৯৪৮ গী ওগষ্ট ২৩ দা মণিপুরদা কম্যুনিষ্ট পার্টি, দি ও সীগী থাক্তা লিংখৎখ্রবসু কম্যুনিষ্ট পার্টি অমা ওইবগী চৎন-কাঙলোন দিসিপ্লিন ৱাৎপনা মরম ওইদুনা নীংথিনা ফঙ্কসন তৌবা ঙমখিদে। অশোয়বা কয়াসি উরক্তুনা কমরেদ ইরাবতনা সেল্ফ ক্রিটিসিজম পীখি। পূঙদোংবম ঘটনা মতুংদা অন্দরগাউন্দ তাখ্রবদা অমুক হন্না কম্যুনিষ্ট পার্টি কুমজা ১৯৪৮ গী ওক্টোবর ২৯ দা দি ও সীগী থাক্তা রিওর্গেনাইজ তৌদুনা শিংথানবা য়ারবা থবক কয়া পাঙথোরকখি। মণিপুরগী মীয়াম্না য়ারবা কম্যুনিষ্ট পার্টি ওইরকখিরমই লোয়ননা মীয়ামগী স্বার্থদা দাবী কয়া পুখৎতুনা সোসিয়েলিষ্ট রেভল্যুসনগী খোঙজংদা খূৎলায় পায়দুনা অকনবা লাঞ্জং কয়া লেপ্তুনা চঙশিল্লকখি।

কুমজা ১৯৫০ গী মে থাদা কমরেদ ইরাবতপু বর্মাদা থাবগী অয়াবা পার্টি সেন্টরদগী লৌবগা লোয়ননা সেপ্টেম্বর ১১ দা মফমদুদা থুংখি। বর্মাগী কম্যুনিষ্ট পার্টিশিংগা অচেৎপা মরী থম্নরম্লগা পাউদম্লুনবা থোক্লকপদা লম্বীদা নারকপদগী কুমজা ১৯৫১ গী সেপ্টেম্বর ২৬ তা অঙ্গো চীংগী চীংখোঙদা তাবা তাংবো খুন্দা পুন্সিগী অরোইবা য়াহিপ তানখি।

কুমজা ১৯৫৯ দগী হৌনা চহী খুদিংগী কম্যুনিষ্ট পার্টিনা থৌবু ওইনা শিন লাংদুনা কমরেদ ইরাবতকী নীংশিং থৌরম সেপ্টেম্বর থাবুম খুদিংগী পাঙথোক্তুনা লাক্লি। ঙসিদি ইরাবতকী পুন্সি, থবক, পান্দম ৱাখল্লোন খিবিক অসিমক খ্বাইদগী মরু ওইরক্লে। লমদম অসিগী, ফুরুপ অসিগী, মালেম অসিগী, ওল্লক্লিবা খোঙথাং অসিদা মহাকপু নীংশিংবগী, নৈনবগী, তুংইনবগী, তঙাইফদবদুনি হৌজিক্তি। কল্লকপা, কোনশিল্লগা নাকোয়ননা চিংথনবা হোৎনবা, মহাক্কী ৱাখল্লোন অমত্তা য়াওদনা নুংশিবা শাদুনা কোন্থুনবা হোৎনবা কয়া অমসু য়াওরক্লিবনি। পূম্নমকসি চেকশিনবা, মশক মুন্না খঙদোকপা, ইরাবতকী অশেংবা মশক নীংথিনা কন্দুনা থম্বা, পুখৎনবা হোৎনবা চঙই।

ঙসিগী লমদম অসিগী ওইরক্লিবা অপূনবা শক্তমদা শীংনরকপা, নুপীশিংগী হক কন্নবা, মখোয়গী শক্তি হেঙ্গৎহন্নবা চঙশিন্নরক্লিবা, লায়র অতোনবশিংগী পুন্সিদা য়ৈরক্লিবা চৈথেং, পোৎচৈ তাংবা, থবক ফংদবা নহাশিংগী আশা উরক্তবা, কেপিটালিজম অমদি ইম্পরিয়েলিষ্ট গ্লোবেলাইজেসনগী অকিবা ফংলবা অকনবা শাফুনা য়ৈশিল্লকপা ফীভম অসিদা মহাক্লা লেপ্লম্বা, থেংনরম্বা নৌহৌননা নীংশিংদুনা জননেতা ইরাবতপু মশক শেংনা খঙবা, মহাক্কী পুন্সি, থবক অমসুং ৱাখল্লোন মমুৎ তানা নৈনবা, অচুম্বা অশেংবা অদুমক মাঙদা থমদুনা ফুরুপ অসিনা মাঙলোমদা চৎখৎনবা হোৎনবদা মহাক্কী নীংশিং থৌরমশিং পাঙথোক্তুনা অনৌবা মণিপুর অমা শেমগৎলসি।

মরোল থোকপা লাই

জাতক্কী শৈরোল

মৈতৈলোন্দা ইথোকপা : বি জয়ন্তকুমার শর্ম্মা

মুক্তা

মুক্তা মমায় নীপাল্লোঙ’ খুঞ্জাশিংদা থারকখি
“লংবু তৎখ্রে মনুংদা অমা শিল্লু’ হায়রকখি।
খোইহী খরা, লম্বোইবা, মখুন্দুদা হাপখরে
শামতু-লং মতৎসু মচিন খোইহী তৈখরে।
মখুল নাকল অমদা লংদু খিত্তং চঙহল্ল,
ককচেং মখুল ময়াদা থমখ্রে মমায় ওনশিল্ল।
খোইহী মনম তাবদা ককচেংশিংদু থোরক্লে;
হান্ন’ই লংদু চাথোক্ল’ মখুন্দবু ফাওরক্লে।
থোরকপদা ককচেংশিং লোয়নরক্লে শামতু-লং;
নিংথৌদবু হঙ্গৎখি করম তৌনা শিনবা লং।
পেঞ্জখরে নিংথৌদো মাবু কৌগে খনখরে;
কল্লক চাউবা সেনাকা চাংয়েংখিনি হায়খরে।