থম্মোয় পাউদম হুইয়েন ইন্দু

মশানা মশাবু তেংবাঙজবা-লমদমসিদদি ঙমদরে

সেল্ফ-হেল্প গ্রুপ! মশানা মশাবু তেংবাঙজবা কাঙলুপ! তাদবা কনা লৈরমখিনি? তাবদা ফজদ্রা? মশাবু মতেঙ পাংজবা হায়বদি অতোপ্পগী মতেঙ লৌদবা। কনানবু হৌদোক্লম্লিবা ফজন্নবগী ব্রাখল্লোহো খঙদে। সাউথ (খা) এসিয়া, সাউথ ইষ্ট (খা নোংপোক) এসিয়া অমদি ইন্দিয়াদগী হেন্না অতোপ্পা লৈবাক অমত্তদা লৈতবা ইকোনোমিক দিভলপমেন্ট মোদেল অসিনা মফম খরদদি চাউনা মায় পাকপগী পাউ তাপ্তবসু ইরমদম মণিপুরসিদদি মসিনা মণিপুরগী ইকোনোমি'দা কয়াম চাউনা তেংবাঙবগে? কনানসু হায়'ওগ্লেই। ঐখোয়গী মহৈ-মশিন হৈরবা, খুন্নাইসিবু পানগী মীওনা নত্তবা নুংগী মীওনা য়েংলিবা নহারোলশিংনা অমুক্তং কুপ্পা-থিজিন-হৃমজিন তৌরবদি ফংদৌনি- ঐখোয়গী সেল্ফ হেল্প গ্রুপ ময়াম অসিগী মরক্তা, তশেংনা, মশানা মশাবু মতেঙ পীজবা ঙম্বা, অতোপ্পদসু তেংবাংদুনা ফিনম ওইবা ঙম্বা সেল্ফ হেল্প গ্রুপ কয়া য়াম্না লৈরবগে? অদুগুম্বা রিসর্চপেপর অমা নৎত্রগা রিপোর্ট অমা থেংনদবনা, ঙসিগী পাউদম অসিদা চপ চানা পাউ অমা পীজবা ঙমদ্রে- ইন্দিয়াদা সেল্ফ হেল্প গ্রুপ লাখ কুননিথোই মখায়মুক লৈ হায়না পানরিবসিদা মণিপুরগী গ্রুপ কয়া য়াওবগে? নৎত্রগা, সেল্ফ হেল্প গ্রুপশিংগী অপূনবা মেম্বর মসি ক্রোর মরিরোমনি হায়বসিদনা মণিপুরগী মী কয়ানো? চপ চাবা খঙদ্রবসু 'সিমদি খঙই- ওখাক য়াম্লমগনি। অনৌবা হুরানবা মশিং য়ামজদ্রবসু অসিগুম্বা মচা-মশুগী ওইজ ওইথক লৌবা হৈবদি হাইফেৎ য়াম্না লৈবনি। ব্রল্ড হেল্থ ওর্গনাইজেসনগী রিপোর্ট'তা, এইদসনা নাবা মণিপুরগী অনাবা মীশিংগা অপুনবা মীশিংগা হাইফেৎ মান্নরক্কগী ব্রাথোক অমা লৈপ্লিবনি। কদায়দা কনানা লিংখৎপা সেল্ফ হেল্প গ্রুপ কয়া লৈ হায়বদু তশেংনা কনাগুম্বনা থিংগৎলুরবদি অপুনবা নুপী মীশিংগী চাম্দাদা মরিফুতরামাপনদি মেম্বর লোয়না ওইরমগনি? গর্ভর্মেন্টকী থবক তৌবী নুপী অমদি চহী হুম্ফুতরা মরিফু শুরবিফাও মেম্বর ওইরমবগী লিষ্ট ইমিংনা শংশং উখরে। করিগীনো মদুদি? মখোয়না খল্লি- সেল্ফ হেল্প গ্রুপ অমগী মেম্বর ওইবা হায়বসে- অপীকপা শেনফম অমগী শেন্থং (লোন) লৌবা য়ানবগী অরায়বা পান্থে অমনি। শিনফম অমদা শিন্থা অমা পায়দ্রবসু গ্রুপ অমগী মেম্বর হেক্তা ওইবা য়াই। পুবা লঙবা তৌদুনা শেল অদু পুথোক্লনি। অদুগা ব্রেক্ততগী লোন লৌগনি- ব্রাখলসিনা মাঙওইনরগনি সেল্ফ হেল্প গ্রুপ লিংলিবা।

ঙসি ঐনা থম্মোয়গী পাউদম ওইনা তম্লিংলক্লিবসে, লৈকায়গী ইনাও অমনা ব্রাহৈ অমা কাঙথোরকপা তারুবদৈনি... ইয়াম্বা! লৈকায়সিগী ইচে-ইচল কয়া সেল্ফ হেল্প গ্রুপ য়াওরুবদগী দোন-মোন হাইরিবা, লৈফম চাফম খঙদ্রিবসি ইয়াম্বদি উবীদবরা?

তশেংবনি, ঐ উরুদে।ঐখোয়গী চাউখ্রবা লৈকায়সিদা করিগুমবা শিন-শঙ নৎত্রগা শিনফম অমদা ময়াম পুন্দুনা নৎত্রগা লন্নাই ওইনা থবক শুবী নুপী অমত্তা লৈতে। শিনশঙসু লৈতে। ফিসাকোন নৎত্রগা য়োংখম অমত্তদগী অঙাং ওইরিঙৈ তাখিবা ফি-শাবগী মখোলদু তাখিদবা কুইরক্লে। অদুবু নোংমা, নুপীশিংতগী ওইবা মাইক্রো ফাইনান্স এজেন্সী অমনা লৈকায়গী ক্লব লম্পাক্তা, মখোয়না শেল থাদখিবা সেল্ফ হেল্প গ্রুপ কয়াগী বেনিফিসিয়রিশিংদা পীবা লেকচর প্রোগ্রাম কম ব্রার্কশোপ অমদা এজেন্সীদুগী চেবাউ ফংদুনা ব্রাঙাঙলোয় অমা ওইজরুই। ঐ ঙকখি- বেনিফিসরি ওইনা লাক্লিবা ইচল-ইচে-ইনেশিংদু শিন্থা অমদা শিল্লংবা মী অমত্তসু য়াওরমদে। করি ত্রেদ'তা করম্বা ক্রাইটরিয়া য়েংলগা য়াম্লবা শেনফম, লাখ'না খুজিং ওইদুনা থাদরুরিবা? ঙা'না ব্রা ঙাঙগে তৌবদা ঈশিংনা পন্দুনা ঙাঙবা ঙমদে হায়বদু ইশামত্তা থোকখি। মাইক্রো ফাইনান্স, মাইক্রো ইকোনোমি, সেল্ফ হেল্পকী কন্সেপ্ট- ঐ খঙই, মখোয়গী নাকোংদা চঙলোই। নুমীৎতুদা ইশানা ইশাদা চাউনা মীনমখি। হায়রোইদবা ব্রা ময়াম অমা হায়খি। হায়ফম থোকপদু হায়রম্লবা, ঐ ময়ামগী সেন্দল মায়োক্লরম্মি। লুপা ৫০ পীবা জর্দা-ক্কা নুংতিগী অনী অহুল্লক্তগী তাদনা চাবী বেনিফিসরিসু য়াওরম্মী, নোংমদা লুপা কুন-কুম্থা থোক্লবা শিনফম অমত্তদি পায়দবী।

কোন্না থিজিল্লবদা, থিজিল্লুবা নত্তে হংজিল্লুবনি, খঙলকই- মখোয় অচৌবা বেঙ্ক অমদগীসু অচৌবা শেনফম লৌরম্মী। মখোয়গী চে-চাংসু বেঙ্কতুগী ওফিসরনা শুবী হায়। অদুনদি মরালসি নুপীশিংদুতগী ওইরমদে, হুরানবগী খুৎপু অমা লৈরম্মী। অদুবু কাইনথংদা পাল্লদৌবা চৈনাদুদি কনাদনো? লায়রবা ইমুংগী চাকখুমগী মৈ মুৎহন্দনবা, মৈ-য়াঙলিবী চনুদুগী থম্মোয়দনি। হৌজিক্তি মৈরৌ হেঞ্জিন্না ইক্লবা য়োৎ ওইখরে, শেন্বা শাবা থোক্লরোই। লায়রবা ইমুংগী লায়রবা কোকহন্নবা, লায়রবগী অপূনবা পাঙ্গল শাগৎনবা শেন্লুবা সেল্ফ হেল্প গ্রুপ কন্সেপ্ত লায়রবগী চাকখুমদা কোম তৌবা, লায়রবৈ মৈশা হেন্না লাংহন্নবা, শেঞ্জাও পায়বৈ খুৎলায় ওইনা থোক্লরে।

কোমজাওসিদা তাদনবা, তাখ্রবশিং চিংখৎনবা পান্থে অমা পুথোকসি।

লৌশিং পুক্কে

কা-হেন্না শাবা কোফী থকপগী ফৎতবা

তোঙান-তোঙানবা ষ্টদিগী রিপোর্ট ১০০০ রোম নৈনদুনা য়েংবদা কা-হেন্না শাবা মহী থকপনা হকচাংদা খুদোংথিবা কয়ামরুম থোকহল্লকপা য়াই হায়বা খঙলে।

ব্রল্ড হেল্থ ওর্গনাইজেসন (দব্লিয়ু ঐচ ও) গী এজেন্সী অমনা হায়খি, কা-হেন্না শাবা কোফী অমসুং অতৈ মহীশিং থকপনা ইসোফেগস কেন্সর ওইহল্লকপা য়াই। কোফীনা হকচাংদা কান্নবা কয়ামরুম পীবা তারবসু কা-হেন্না শানা থকপা ফৎতে। কোফীদা লিভর, ব্রেষ্ট অমসুং য়ুটেরাইন কেন্সর ঙাকথোকপা ঙম্বা মচলশিং য়াওই। অদুম ওইনমক সেলসিয়স দিগ্রী ৬৫ দগী হেন্না শানা থক্লবদি কান্নবগী মহুত্তা খুদোংথিবা থোকহল্লকপা য়াই।

ইন্টরনেসনল এজেন্সী ফোর রিছার্চ ওন কেন্সর (আই এ আর সী) না তোঙান তোঙানবা ষ্টদি ১০০০ রোমগী রিপোর্ট নৈনবদা ব্রাফম অসি খঙলকপনি। রিপোর্ট অসি য়েংশিন্দুনা নৈনবদা শরুক য়ারিবা ইপিদমিওলোজিষ্ট দানা লুমিসনা হায়খি, ঈশিং অমসুং কোফী য়াওনা মখল খুদিংমক্কী মহী থকপনা হকচাংদা কান্নবাপী। তৌবতবু কা-হেন্না শাবা মহী থক্লবদি হকচাং শোক্লিংঙাই ওই।

কা-হেন্না শাবা কোফী অমসুং চা থকপগী হৈনবী লৈরিবা চাইনা, ইস্লামিক রিপব্লিক ওফ ইরান, টর্কি অমসুং সাউথ অমেরিকাদা চথখিবা ষ্টদিগী রিপোর্টশিং কুপ্না য়েংশিল্লম্মী। মদুদা সেলসিয়স দিগ্রী ৭০ দগী হেন্না শাবা মহী থক্লবদি ইসোফেজিয়ন কেন্সরগী রিস্ক ব্রাংখৎলকই হায়বা খঙলকপনি। ইচম চম্বা ঈশিংসু সেলসিয়স দিগ্রী ৬৫-৭০ দগী হেন্না থক্লবদি ইসোফেসিজয়ল কেন্সর ওইহল্লকই হায়বা উচিদা চাংয়েং তৌদুনা য়েংবদা খঙলকখি।

অদুম ওইনমক কোফীবু পামজনা থকপা মীওইশিংগী নুংঙাইবা পাউ ওইনা নোর্মেল টেম্পরদা শাবা কোফী থক্লবদি য়ুটেরস, লিভর অমসুং ব্রেষ্ট কেন্সরগী রিস্ক হন্থরকই হায়বা খঙলে। কোফীদা এন্টিওক্সিদেন্ট কয়া য়াওবগা লোয়ননা হকচাংদা কান্নরবা মচল কয়ামরুম য়াওই হায়বসু খঙলকখি।

ব্রল্ড হেল্থ ওর্গনাইজেসন (দব্লিয়ু ঐচ ও) না হায়খি, ইসোফেগস (ফুদ পাইপ) তা কেন্সর তৌরকপগী কেস অয়াম্বা কা হেন্না শাবা মহী থকপদগী ওইরকপনি। মালেমদা চহী খুদিংগী মীওই লাখ ৮০ রোম কেন্সরনা মরম ওইরদুনা শিবগী মনুংদা মীওই লাখ ৪ রোমদি ইসোফেগসতা কেন্সর নাবদগী শিবনি।

কা-হেন্না অশাবা মহী মখল খুদিংমক থকপা ফৎতে হায়বসিমদি তশেং তশেংনা খঙলে। অদুবু কোফী থকপন হকচাং ফহনবা নৎত্রগা শোকহনবগী মতাংদদি য়েৎননিংঙাই ওইবা ব্রাফম খরা লৈরি। বৃটিশ কোফী এসোসিয়েসনগী রিপোর্ট মতুংইন্না অয়ুক তুম্বা হেক হৌগৎলকপগা কোফী থকপা মতমদা মীৎ শিংহনবগা লোয়ননা ব্রাখল খনবা ঙম্বগী চাং হেনগৎহল্লি হায়রি। অতোপ্পা ষ্টদি অমগী রিপোর্ট মতুংইন্নদি মতম শাংনা কোফী থকপা মতমদা লায়চুবগী ফীভম লাকই অমসুং কোফী থক্তবা মতমদা হকচাং ইতন তনথদুনা হৈনিংবা ফাওহন্দে হায়রি।

অমরোমদা, ইটালিয়ন রিছার্চর কাঙবু অমনা হায়খি, মদুদি চাং নাইনা কোফী থকপনা ব্লেফারোস্পাজমদগী ঙাকথোকপা ঙম্মী। ব্লেফারোস্পাজম হায়বসি ইশানা কন্ট্রোল তৌবা ঙমদবা মওংদা মীৎ পংকুপতা কুপ্পগী থৌওংবুনি। থৌওং অসিনা কনাগুম্বা মীওই অমবু মীৎ তাঙহনবা ফাওবা য়াই। নুমীৎ খুদিংগী কোফী কপ অমা নৎত্রগা অনী থকপা মতমদা খুদোংচাদবা অসি ঙাকথোকপা ঙম্বগী খুদম ফংলে।

অমরোমদা, কা-হেন্না কোফী থকপনা বোন মিনরেল দেন্সিটি (বি এম দি) হন্থহনবা মরম্না শরুগী মপাঙ্গল শোন্থহল্লি হায়না অতোপ্পা ষ্টদি অমগী রিপোর্ট অমনা ফোঙদোক্লি। বি এম দি হায়বসি শরুদা য়াওবা কেলসিয়ম অমসুং অতৈ মিনরেলশিংগী চাং অদুবুনি। মতম শাংনা কোফী শীজিন্নরবদি বি এম দি হন্থরক্লনা শরু পাথরকপদগী ওষ্টিওপোরোসিস ওইহল্লকই।

কোফীদা য়াওবা কেফিননা তূম্বদা অকায়বা পীবা মরম্না তূম্বা য়াহন্দে। কনাগুম্বনা নুমীদাং চুপ্পা থবক শুগদবা লৈরবদি তোয়না কোফী থকপা মতমদা তূম্নিংবা ফাওহন্দে।

কোফী কপ অনী থক্লবদি হকচাং শাজেল তৌরুবগী মশল নাবা থীন্দোকপা ফহল্লি। কেফিননা চৈনাখোল ফাথবদসু মতেং পাংই। কেফিনগা চৈনাখোল ফাহনবা হীদাক পেরাসিটামোলগা পুন্না চামিন্নরবদি লিভর শোকহল্লি হায়রি। ষ্টদি অমগী রিপোর্টনা হায়খি, কোফীদা কেফেষ্টোল কৌবা পোৎলম অমা য়াওবা মরম্না কোলেষ্টরোলগী চাং ব্রাংখৎহল্লি।

হীদাক কান্নরবা পাম্বীশিং ঃ উথুম-নরাওবী

ডাঃ হুইদ্রোম বীরকুমার সিংহ

উথুম-নরাওবী হায়রিবা পাম্বী অসি মনা কেনগনবা (Deciduous) ময়াই ওইরপ্পা চাউবা উ পাম্বী অমনি। উথুম-নরাওবী পাম্বী অসি ইংলিসতা বিশোপ ব্রুদ (Bishop Wood) নৎত্রগা জাভা সেদর (Java Cedar), হিন্দীদা কেন (Kaen) নৎত্রগা পনিয়ালা (Paniala) নৎত্রগা পানকেন (Pankai), বেঙ্গোলিদা কৈনজাল (Kainjal), ফ্রেন্সতা বোইস-দি-লেভেক (Bois de Leveque), জপানিজদা অকাগী (Akagi), জাভানিজদা গীনতুনগন (Gintungan), তামিলদা থোন্দি (Thondi), থাইদা প্রাদু-সোম (Pradu-som) নৎত্রগা তোম (Toem), ভিয়েতনামিজদা নোই (Nhoi), সাইন্টিফিক নৎত্রগা বোটানিকেলগী ওইবা মমিংদা *বিসকোফিয়া জাভানিকা (Bischofia javanica Blume)* হায়না কৌই অমসুং ফাইলানথেসী (Phyllanthaceae) শাগৈগী মনুং চল্লি। উথুম-নরাওবীগী জিনমসকী মমিং Bischofia হায়বসি জর্মনিগী ফাওরবা বোটানিষ্ট Prof. G.W. Bischoff (1797-1854) অসিবু ঈকায় খুম্নবা উৎপা ওইনা মাগী মমিং লৌরগা থোনখিবনি। মালেমগী ওইনা হায়রিবা জিনস অসিগী মখাদা Species 2 খক লৈ। অতোপ্পা Species অদুনা *বিসকোফিয়া পোলিকার্পা (Bischoffia polycarpa)* হায়না কৌই।

উথুম-নরাওবী পাম্বী খা অমসুং খা-নোংপোক থংবা এসিয়াগী লমশিংদগী হৌরগা অষ্ট্রেলিয়া অমসুং পোলিনেসিয়া ফাওবা শন্দোক্লুনা হৌই। পাম্বী অসি ইন্দিয়া, অষ্ট্রেলিয়া, চাইনা, জাপান, মলেসিয়া,থাইলেন্দ অমসুং তোঙ্গোগী লমদমশিংদগী হৌরকখিবনি হায়বগী পাউদমশিং লৈ। উথুম-নরাওবী পাম্বী অসি খা-নোংচুপথংবা, ময়াই থংবা অমসুং খা থংবা চাইনাগী লমদমশিং অমসুং তাইব্রানদা ফজনা হৌবগী পাউদমশিং লৈ। পাম্বী অসি মখল মখা কয়াগী উমংশিং অমসুং অঙৗং-অশাদা হৌবা ঙম্মী। উথুম-নরাওবীনা য়াম্না চুশিন্নবা হৌবা অসি তুরেল নৎত্রগা খোং অমসুং চীংগী লোকচপশিংদা সমুদ্র ঈমায়দগী মিটর ১৮০০ ব্রাংবা মফমশিংদা অসিনি। পাম্বী অসি কেনয়া, সাউথ অফ্রিকা, তাঞ্জানিয়া, উগান্দা অমসুং অমেরিকাগী মফমশিংদু পুদুনা থাখিবদগী ঙসিদি মফমশিং অসিদা মহৌশাগী মওংদা ফজনা হৌবগী পাউদমশিং লৈ।

উথুম-নরাওবী পাম্বী অসি চপ য়ুংবা হৌই অমসুং মশা-মরেং য়াম্না পুংঙী (Bulk canopy)। উ অসিগী মকু (Bark) অসি মক্রুক-মক্রুক লাউই অদুবু মদুগী মখাদা মশিং (Fibre) গী চাং ব্রাংনা য়াওই। উথুম-নরাওবী পাম্বী অসি চাইনাগী খা থংবা শরুকশিং অমসুং তাইব্রানদদি অশেংবা পাম্বী (Sacred tree) অমা ওইনা পুজা তৌনৈ। অয়াম্বা লাইরিকশিংদা উথুম-নরাওবীগী শাগৈ অসি য়ুফোরবিয়েসি (Euphorbiaceae) হায়নসু থেংনবীগনি।

উথুম-নরাওবী পাম্বীগী উগী মকু অমসুং উদা তেনিন (Tannin) অসি চাদা ১৬ লোম য়াওবগী পাউদম লৈ। পাম্বী অসিগী মরুদা থাউ অসি চাদা ৩০ দগী ৫৪ ফাওবগী চাংদা য়াওই।

উথুম-নরাওবী পাম্বী অসি মীওইবদা য়াম্না কান্নবা পী। পাম্বী অসিগী উ অসি য়ুম-কৈ শাবা, উপু-কাংথোল চনবা, থোংগী মখোঙ ওইবা (Bridges) অসিদা য়াম্না পাম্না শীজিন্নৈ। উথুম-নরাওবীগী মহয় অসিদগী য়াম্না হাওবা মখলগী য়ু অমা শেম্নৈ। মসিগী মহয় অসি চাবা য়াই অদুগা মরুদগী লৌবা থাউ অদু লুব্রিকেন্ট (Lubricant) হায়দুনা নালহন্নবা থাউ অমা ওইনা শীজিন্নৈ। উথুম-নরাওবীগী উগী মকুদগী লৌবা তেনিন হায়রিবা পোৎশক (গম) অসি অঙাঙবা মচুগী লীনা (rattan) না শাবা পোৎশককশিংগী মচু শংবদা শীজিন্নৈ। খা থংবা লাওসকী মীওইশিংনা উথুম-নরাওবী পাম্বীগী অনৌবা মনা অমসুং মতোন অদু সোস (Souce) তা লুপ্পগা য়াম্না পাম্না চান্নৈ। হায়রিবা অনৌবা মনা অমসুং মতোন অদু এঞ্জাং থোংদুনসু চান্নৈ। উথুম-নরাওবীগী উ অসি মৈ থান্নবা শীং (Fire wood) ওইনা শীজিন্নবদা খরা কাপ্পলবসু মৈতাল শেম্বদদি য়াম্না ফৈ। উগী মকুদগী লৌবা মশিং (Fibre) অসি চে শাবদা য়াম্না খুদোংচাই। পাম্বী অসিগী উগী মহুৎ (grain) অসি ময়ায় ওইরপ্না কুপ্পা মরম্না উদা হকপা-খোৎপগী (Carving) থবকশিংদা য়াম্না খুদোংচাই। উ অসি প্লাই-ব্রুদ (Ply wood) শাবসু য়াই অমসুং খুৎশু-খুৎলাইগী মখোক পানবসু য়াই।

ইন্দিয়াদদি উথুম-নরাওবী পাম্বী অসি কোফী অমসুং ইলাইটি থাবদা উরুম পীনবা পাম্বী (Shade tree) অমা ওইনসু থান্নবগী পাউদম লৈ। ঐখোয়গী লমদম মণিপুরদদি উথুম-নরাওবীগী অনৌবা মনা অমসুং মতোন অদু শিংজুগী মচল অমা ওইনসু হাপ্লে। ঙারী নৎত্রগা ঙা-অয়ায়বা খরা হাপ্তুনা এঞ্জাং ওইনসু থোংদুনা চান্নে।

উথুম-নরাওবী পাম্বী অসি কুইরবা মতমদগী কেন্সর মখল খরদা শীজিন্নদুনা লাকপগী পাউদমশিং লৈ। সাইন্সনা থিজিনবদগী খঙবা ঙমখরে মদুদি উথুম-নরাওবী পাম্বীগী মনা শুগাইদুনা লৌবা মহী অদু Leukemia হায়রিবা ঈগী কেন্সর মখল অসি ঙাকথোকপা ঙম্বগী মগুনশিং য়াওই হায়বসিনি। উথুম-নরাওবী পাম্বীগী মনা অসি চাকখাও চাথৎপা (Stomach ulcer), তীন লৈবা (Anthelmintic) অমসুং খোঙ হামথবা (Dysentery) অসি লায়েংবদসু য়াম্না কান্নহল্লি। ঙৌদা অশিনবা খেগৎতুনা চাথৎলবদি উথুম-নরাওবীগী উগী মকু অদু শুগাইরগা অহিং অমা ঈশিংদা তীংদুনা লৌবা মহী অদু নোংমদা ৩/৪ রক চীন তেংথোকপদা থোইদোক্লা কান্নগনি। ফুগ্রী থুংবা অমদি উনশা মথা-মথা পোকখৎপদসু উথুম-নরাওবীগী মনা অনৌবা অদু শুগাইরগা লৌবা মহী অদুনা চাং নাইনা তৈদুনা লায়েংবা য়াই। উথুম-নরাওবীগী মনা অসিদা ভিতামিন-সীগী চাং অসি ব্রাংনা য়াওবা মরম্না এনিমিয়া হায়বদি ঈ ব্রাৎপগী লায়নাদা থোইদোক্লা কান্নহনগনি অমসুং উনশা মপাঙ্গল কন্না থম্বদা মতেং ওইগনি।

চেকশিন্দবদগী অনীথোকপীনা তুংগী মীরোলদা পীবা মাঙজবা

নিংথৌ পানবা মনিংতম্বা লৈবাক অমগী পুব্রারীগা শাগোন্নবা থৌদোকশিংদা নুমীৎ মান্নদবা, মফম তোঙানবা অমদি মমিং মান্নদবা হায়বসি মতিক চাবা লুচিংবা লৈতবগী খুদমনি। থৌদোক অসিনা তুংগী মীরোলদা পীরক্কদবা মাঙজবা অদু ঐখোয় খুদিংমক্লা কুপ্না নৈনবা ফৈ। তুংগী মীরোলগী লন ওইহৌগদবশিং চুমথোক্লবা হোৎনবদা অচৌবা থৌদাং য়ারিবশিংগী মনুংদা ইরোম মঙ্গিসু অমনি।

ইরোম মঙ্গি মোইরাং কোলেজগী ফিজিক্স দিপার্টমেন্টকী এসোসিএট প্রোফেসার ওইরম্মী। লমদমসিগী মাঙশিল্লক্লিবা চৎনবী, ব্রাহন্থোক য়াওদবা থৌরম অমদি অরানবা পুব্রারীগী লাতম চনশিল্লিবশিংবু চুমথোক্লবা হোৎনরিবা অইবা অমসুনি। হিষ্টোরিয়ন অমদি অইবশিংনা চেকশিন্দবদগী তুংগী মীরোলনা থেংনরক্কদবা অব্রাবা অমদি খুদোংচাদবশিং শেমদোকমিন্নসি লাউরিবা খোর্জে লান্মীনি।

ইরোম মঙ্গি কুমজা ১৯৪৭ কী নবেম্বর ১৪ দা ইরোইশেম্বা মঙ হিদেনদা পোকই। অপোকপগী মমিং ইরোম তোমচৌ অমদি অপোকপীগী মমিংনা ইবেমপিশক কৌই। মচিন মনাও অহুম পোকপগী মনুংদা মহাক্লা অনীশুবনি। মথক্তা মচে অমা মখাদা মচলনুপী অমগী মনুংদা মহাক কেনা মৌনা হৌরকখিবনি।

উরিপোক তোন্দোনসনা হায় স্কুলদগী কুমজা ১৯৬০ দা মেত্রিক পাস তৌখি। দি এম কোলেজদা বি এস সী লোইশিল্লবা মতুংদা জব্রাহরলাল নেহরু য়ুনিভর্সিটি সেন্টর (হৌজিক্লা মণিপুর য়ুনিভর্সিটি হায়না খঙনরিবা) দগী এম এস সী কুমজা ১৯৮১ দা লোইশিনখি। বি টি পাস তৌবগা লোয়ননা হিন্দীদা কোবিট পাস তৌরে। মীয়ামগী থবক থৌরমদা য়াওবা, ঠিএটর অমদি দ্রামাবু পামজবা অমা ওইবগী মথক্তা খুন্নাইগী অশোয়বা কয়াবু পুথোক্তুনা ইবা অমদি লাইরিক ফোঙবনা মহাক্কী পামজবা শিনফমনি। মহাক্না ইবা জননেতা ইরাবত দ্রামা *থোঙাক লাইরেম্বী আর্টস পাফোর্মিং য়ুনিয়ন*, ইরোইশেম্বদা শান্নখি। ময়াং ইম্ফাল হায়র সেকেন্দরি স্কুলদা ফিজিক্সকী ওজা অমা ওইরম্বতা নত্তনা মোইরাং কোলেজতগী এসোসিএট প্রোফেসার অমা ওইনা থবক্তগী পোত্থাকখি।

মহাক্কী ব্রাখলদা খুন্নাইসিদা থোক্লিবা থৌদোক ব্রাথোকশিং, থবক থৌরম অয়াম্বদা অনীথোকপী লাক্লিবা পুব্রারীগী থৌদোকশিংগী মফম মতম মান্নদবা কয়াসি লুচিংবা মতিক চাদবগী খুদমনি হায়রি। মমা লৈবাক্কী য়াইফনবা খনবগী মহুত্তা মরোমদোমগী অমদি ইমুং মনুংগী খুদোংচাবা ফংনবা হোৎনবদগী থোকপনি হায়না থৌনা ফনা হায়রি। মশাতগী খনবা ব্রাখল অমদি থবক থৌরম খুদিংমক্তা পুকচেল লেপ্তুবগী থৌদোক্লা মনিংহনবা খুন্নাই অমা ওইবগী মথক্তা লোইশিনবা ঙমদবা ইস্যুনা পরেং লেংবা লমদম ওইরক্কনি হায়বসি মহাক্কী ব্রাখলনি।

ওজা মঙ্গিনা হায়, নিংথৌ পানবা মনিংতম্বা লৈবাক ওইনা চহী কয়া পাল্লম্মী। বৃটিশকী মখা পোন্দুনা চহী কয়াসু লৈখি। মীখা পোনবা পামদবা ইমাশিং অমদি ইপা-ইপুশিংনা বৃটিশকা লান্থেংনখি। নোংমৈ কাপ্প দ্রবসু, থাঙনা য়ান্নদ্রবসু ইরমদমগী য়াইফনবা চোংথোকখিবা মখোয়দু ঐখোয়গী ফ্রিদম ফাইটর ঙাক্তনি। অরোনবা অমদি অফোঙবা থৌদোকশিংদা হকথেংননা মায়োক্ল খিবা ফ্রিদম ফাইটরশিংগী মমিং য়াওবা লাইরিক ঙসিগী মীরোলনা খঙনবা লাইরিক লৈত্রি।

লাইরিক-লাইশু হৈরবশিংসু, ফম্নাইবশিংসু লাইরিক পাবগী হৈনবী লৈত্রি। লাইরিক পাবগী হৈনবী লৈত্রবা খুন্নাই চাউখৎপগী মনিং হল্লবা খুন্নাইনি হায়বসি য়ামিন্নবা চঙলি। পথাং পুথাংদগী অরানবা থাজনবী কয়া চুল্লিব্রা অমদি লাল্লিব্রা হায়বগী সাইন্টিফিক মেথোদতা য়েংথোকপা মথৌ তারে। লমদমসিগী মরুওইবা থৌদোকশিং নিয়ম চুম্না পাঙথোক্তুনা থৌরমগী নুংগী ওইবা ব্রাহন্থোক ঙসিগী মীরোলদা খঙহনবা তঙাইফদে। খোংজোম লান, নীংতম লান, নুপী লান, জুন ১৮ নচিংবা করিগীদমক পাঙথোক্লিবনো হায়বা মীয়ামদা খঙহনবা মথৌ তাই। চুম্নগী হৈ-লৈ খরা কৎপদুনা নীংশিং থৌরম পাঙথোকপা চুপ্লোই হায়বা ব্রাফমশিং মীয়ামদা নৌহৌননা নীংশিংলক্লি।

মণিপুরগী মীয়াম থবক শুবগী হৈনবী লৈরম্মী খঙননবা 'য়েলহৌঙৈ মণিপুরদা ফি শাবগী লম' কৌবা লাইরিক কুমজা ২০০২ দা ফোঙখি। হিজম ইরাবত লমদমসিগী খুন্নাই য়াওল্লোই, নীংতম য়াওল্লোইনি হায়না শিংথান্নরবসু মহাক্কী মমিং অমদি অপোকপা অপোকপীগী মমিংদা মান্নদবা কয়াসি চুমথোক্ল বা জননেতা হিজম ইরাবত-২০০৩ দা ফোঙই।

মীয়ামগী লুচিংবা অসিগী মমিং ইরাবোত, ইরাবত নৎত্রগা ইরাব্রত থোঞ্জিল্লি। অপোকপগী মমিং হিজম ইবুংঙোহল অমদি ইবুঙোহল হেক্তা হায়। অপোকপীগী মমিংনা চোংথাম চনু থম্বালঙাংবী হায়গদবদা থম্বালঙম্বী নৎত্রগা থম্বালঙানবী হায়না হেক্তা মাগী মাগী অনীংবদা ইনবা হায়নবসিনা মপানগী রিসার্সশিংনা থিজিনবা লাকপদা করি খনখিগনি। হৌরক্লিবা মীরোলশিংদা চমন্নবা অমদি য়েৎনবা পোক্লবা হোৎনবা ফৎতে হায়না লাইরিকসিদা শুগাইনা ইরি। মসিদা নত্তনা অরাম্বম সমরেন্দ্রবু শিংথাবা শৈথারোল (২০০৪), মণিপুরগী থুমখোংশিং (২০০৭), জননেতা ইরাবত (২০০৮), নুপীলাল-নীংতম লাল(২০১১), নোং মমিৎ ফাকপা অমসুং নোংমৈ শীংজং তাবগী নৈনরোল (২০১৩), সাইন্টিফিক জষ্টিফিকেসন ওফ দ মৈতৈ ফোক বিলিফ (২০১৬) ফোঙদুনা খুন্নাইসিগী অশোয়বশিং খুৎ থিন্দুনা তাক্লবা হোৎনরি। মহাক্কী ব্রাখল্লোন অসিমক্তি য়াম্না ফবা খোঙথাংনি। রিসার্স স্কোলার, রাইটর অমদি লমদমসিগী ফম্নাইবশিংনা মসি কুপ্না খন্থবা চঙই। অশেংবা লুচিংবগী মগুন য়াওদবশিংনা মীয়াম্বু অরানবা লম্বীদা পুনবা হোৎনরোইদবনি। মসিনা মণিপুরগী পুব্রারীদা মথক মখা ওন্থোকখিবা য়াই। অইবশিংনা মচিন থৌবা কলম পায়বগী মথৌ ঙসিদি লাক্লে। নৎত্রবদি মথংগী মীরোল করি ওইরক্কনি হায়বা তম্বা ঙমদ্রি।

ইহিলেন খা-ঙানবা

DIRECT & SPOT ADMISSION - 2016

MBBS,BDS,MDS,BAMS,BHMS,BPT, MPT,
NURSING : B.Sc NURSING, GNM,
PB-NURSING, MSc. NURSING

BE / B-TECH / M-TECH / LAT-ENTRY

CIVIL / EEE / MECHANICAL, ECE / IT / ARCHITECTURE
COMPUTER SCIENCE, MECHATRONICS,
ARONOTICAL/ROBOTIC

B. Sc. / M. Sc.

AGRICULTURE, HORTICULTURE, FORESTRY, FISHRIES

B. Sc., B.A. & M.A., M. Sc. & Ph.D.

PHY., CHE., ZOO., BIO., MATH., I.T., MASS COM, HIS., POL. Sc.,
ENG, ECO, GEPHY, GEO, SOCIOLOGY, FORENSIC Sc.

BBA, BCA, BIO-TECH, FOOD-TECH, BMLT, OPTHALMIC,
FOOD NUTRITION & DIETETICS, B.PHAM, D.PHAM,
MEDICAL MICROBIOLOGY, RADIOLOGY, TOURISM,
MASS COM, ART & SCIENCE, MLT, OT-TECH, RADIOLOGY,
DAILYSES, X-RAY, MRI, CARDIOLOGY, CT-SCAN, ETC.

PROGRESSIVE EDUCATIONAL COUNSEL
Singjamei Leishangthem Leikai opp. Library
SINGJAMEI - #9089335398 THOUBAL# 9089267407

HL-B/3128/7/06-0607