থম্মোয় পাউদম হুইয়েন ইন্দু

থাজবা, থাজদবা - লাই অমসুং ভুং

থা জবা অমদি থাজদবা! থাজগনবা অমদি থাজগন্দবা! ৱাখল মখল অনীসিনা পুবা মী মখল অনী লৈ। মীনা হায়বা ৱা অমা নৎত্ৰগা অচুম অরান খঙদবা পাউ অমা পারুবা নৎত্ৰগা তারুবা - ৱাফম নৎত্ৰগা পাউ অদু অচুম্বনি হায়না থাজগনবা মীসু লৈ। কান্নদবা ৱারেমনি মীৎনা হেক উদ্রিবমখৈ থাজদে হায়বা মীসু লৈ। ঙসি ঙরাংসিতগী আ মমাঙথক্তইনি। মীবু ওবজর্ব তৌরুবগী ৱা নত্তে, ঐহাক ইশামকসিদা হঙ্গৎনা য়েংজ দুনসু নৈনজৈ - ঐহাকসিদি করম্বা মখলগী মীওইনো - থাজগনবা? নৎত্ৰগা থাজগন্দবা? ইশা ইথন্তনা লেপথোকচবা ঙমজদে। তারিবা ৱা নৎত্ৰগা পাউ অদুগী মতুংইল্লি- হেক্তা থাজবা নৎত্ৰগা থাজদবা। ওইরমগনি/তৌরমগনি! হেক্তা খন্দোকখিবসু ময়াওই। ওইথোক্তবা ৱানীদা, থাজবা য়াবা ৱা নত্তে - খন্থরুরগা হায়দোকখিবসু কয়ানি। থাজগনবা, থাজগন্দবা অনীমক্কি হায়বা তাই।

অদুগুম্বা/অসিগুম্বা, অইবা পাউ/অশেন্বা পাউ থাজগনবা, থাজগন্দবগী ৱা নত্তবা মালেমসিবু/তাইবংসিবু শেন্বীবনি হায়নরিবা 'লাই' মাবু থাজবা/থাজদবগী ৱাফম অসি খন্নরকপদদি তরাই-তরাই লৌবা য়াদে। 'অদোম লাই থাজবীবরা?' - কনাগুম্বা অমদা হংবীয়ু। 'থাজৈ' হায়বা কাঙলুপ অমা, 'থাজদে' হায়বা কাঙলুপ অমা, মখল অনী থেংনগনি। কাঙলুপ অনী অসিগী, মানা মানা চুম্মী হায়বা উৎনবা অর্গ্যুমেন্ত অমদি কাউন্তর এগ্রিমেন্ত অদু নত্তে ঙসিগী ৱারেং অসিদা তমগে হোৎনজরুরিবা। ৱাহং অসিদা ইশাগী ওইবা পাউখুম করিনো? হংবীরকপা তারবা, 'থাজদে' হায়বা ৱাহৈ অমগী মখোঙ চেৎপা পাউখুমসিনি। অদুবু, করিগুম্বদসু 'থাজৈ' হায়না খুমগনি। মরমদি 'লাই' হায়বা ৱাহৈসিগী ৱাহন, মতাঙ মতাঙগী মতুংইন্না মান্নদে। 'ইমা-ইপা অনীদি মীৎনা উবা লাইনিদো' - ৱাহায় অসি থাজরবা, লাই মাবু থাজ রে। 'অল্লাহ/জিসস/কৃষ্ণনা খ্বাইদই চাউবা মপুনি' ... ঐবু হায়য়ু হায়রবা, মতাঙদুদা হায়গনি - ঐ লাই থাজদে।

ফিলোজোফিকল ওইবা মীৎয়েংদগী য়েংলগদি 'লাই থাজবা' অমদি 'লাই থাজদবা' মী মখল অনীসি করিমত্তা খেন্নদে। ৱাহায় অনী মান্নদনা হায়বনি - পোজিতিব ওইনা হায়বা অমা! নেগেতিব ওইনা হায়বা অমা! কনাগুম্বা ফিলোজোফর খরনা হায় - মীওইবনা কিবা করিগুম্বা পোৎশক অমা, মাগী ৱাখলদুদগী তান্থোকখিনবা হোৎনরক্কনি, ৱাখলদগী তান্থোকখিনবা খ্বাইদই লায়বা পাম্বৈনি - পোৎশকঅদু লৈ হায়না খন্দবা। লাই কিবদগী লাই লৈহে হায়বনি - য়াবীনীংবরা? ফিলোজোফি অমনি। অদুগা, 'লাই লৈ' থাজরিবা মহাক্তুনা কিরবিসু লাইদুনি। লাই হায়বসি শকউদনা লৈবনি, ঐনা মাবু থাজদ্রবা, ঐনা মাগী মতিক মগুন শৈথাদুনা শক্ত্রবা, ঐনা মঙোন্দা ইকোক নোন্না খুরুমদ্রবা, ঐনা মঙোন্দা হায়জদ্রবা- মানা চৈরাক পীরক্কনি। থাজবা মখল অমনি। 'লাই লৈ' থাজবা, 'লাই লৈতে' থাজবা! পোজিতিব ওইনা থাজবা! নেগেতিব ওইনা থাজবা। থাজবা মখল অনীসিগী কম্মন 'ক্যারেক্তর' অমনি - লাইবু কিবা!

কিবা হায়রগা, মহাক্না ঐগী মাঙনবা তৌরক্কনি, হাৎকনি তূপকনি হায়বগী ৱা'ঙাক নত্তে। উসু উবা ফংলরোইদবা, কৈদৌঙৈদা শকচানররোইদবা, ৱারী শানবসু য়াররোইদবা মহাকপু লৈ হায়না থাজরুরা! মাবু থিদবা য়াররোই, মাবু খঙদবা য়াররোই, পুন্সি অসি অরেম্বদা হৌখ্রনি, নুংঙাইফমসু খঙলরোই। পুন্সিসিবু মমল য়াওদনা অরেম্বদা হৌহনবা হৌনবরা? মহাক লৈতে খল্লবা, ইনিং তম্লে পুন্সিসে। স্বর্গ কাবই খল্লরোই, নোরোক্তা তাবই ৱাররোই।

লাইগী ৱাসি তোকখিসি, ভুংকী ৱারী শাখিসি। লাই অমদি ভুং করি খেন্নবগে য়েংলুসি। 'ভুং থাজদে' হায়বদুসু 'লাই থাজদে' হায়বদুসু অমহাই অমহা ঙাক্তনি। নোংমা মীথুংশঙ অমদা নুপী অমা থুংলম্মী। অসুম থোকউ হায়দুনি - নুমিত্তুদা অতোপ্পা মীথুং কনামত্তা লাক্লমদে, মতম শাংনা করিগুম্বা থবক অমগী লৈরক্লবা ফিলোজোফিগী ওজা অমখক্কা মখোয় অনীতা ঙায়রম্মী। নুমিদাং চাকচা তোল্লগা চৌকিদারদুনা 'লাই খুরুম্বীনিংলবসু প্রেয়র রুমদা চৎপীয়ু' হায়রম্লগা তূমখরে। ওন্থোকপনি! নুপীদুদি লাই থাজদবী, সমাজ সেবীকা ওইরম্লে। 'ৱারেম! লৈসু লৈতবা মঙোন্দা খুরুম্লগা করি কান্নবা!' শোন্থাংননা শোনখিবদু ওজাদুনা তাহৌরে। লাই লৈ/লৈতে মরৈ'রোমদা তারক্লে।

'লাইগী ৱাদু তোল্লসি, ভুংপুদি থাজবীব্রা?' 'ভুং-লাই অমত্তনি, ৱাখল য়াওদবশিংগী ৱারীনি - ঐ অদুগুম্বা ৱারেপ থাজদে।'

'থাজবা থাজদবগী ৱা নত্তে, ইচম চম্না ৱারী অমা লীজহৌগে তৌবনি ... মীথুংশঙ লৈরিবা মফমসিদা, অহানবা লাঞ্জাও মতমদুদা ধোবী মতৈ মনাও অনীখক য়ুমদোমপোক অমদা নুংশিননা লৈরম্মী হায় ... নুপী অদু ৱাং চাউই, মশক মতৌ নীংথিজৈ, কুচু ঙৌই হায়... মাগী অশোয়বা হায়ববু ওইথংবা মীৎ পান্দে হায় ... মাগী মপুরোইবদু নোংমা চথোকখিবদগী অদুম হল্লকখিদরে ... হল্লকখিদ্রবা মপুরোইবা ঙাইনা ঙাইনা নুপীদুসু শিখরে ... কুইরবগী তুংসিদা, মীথুংশঙসিদা নৌনা থুংলবা মীথুং খুদিংমক্কী ফমুংদা চঙদুনা ফৈজুপ হাংদোল্লগা, অহিং তাংলৌ অথেঙবদা নুপীদুনা হল্লকখিদ্রবা মপুরোইবদুরা য়েংই হায় ...'

ৱারী মরক থৎলগা 'ঐহাক ভুং থাজদে, ৱারীদু ঐঙোন্দা লীরক্কনু'দি হায়রগা কুচু তাইফেৎ তাইরকখি হায়।

...'ঙসি অহিংসিদদি চাউরবা মীথুংশঙসিদা নঙগা ঐগতনি মীথুং ওইনা লৈরিবা, হান্না লৈরম্বা মীথুং ওইনা ৱারীসি নৌনা থুংলবা নঙোন্দা লীফম থোকপ্রা খন্দুনা লীজরিবনি... পূম্নমকসি থাজবদই থোকপনি, থাজদবা নঙোন্দদি কৈশু তৌদৌ মান্দেদা ...'।

অহিং নোংয়াই মতুংদা, মাগী মাগী কাদা তম্নখ্রবা মতুংদা, নুপীদুনা খোঞ্জেল হৌনা লাউরকপদগী ওজাদুনা মাগী কাদা চেনশিল্লুই। মমীৎ মনা য়ুংলবা, পাখৎলবা মতৌদা হায়রকখি ...'ওজা! নঙনা হায়বা, মমীৎ নাম্মা পানবী শকহেনবীদু ঐগী কাদা লাক্লম্মী ...'। অহিংচুপ্পা, নুপীদুনা প্রোফেসরদু তুমহনখিদে। নোংঙাল্লগা চৎখিবদগী অমুক হন্না মীথুংশঙদা লাকখিদ্রে হায়। 'ভুং হায়বসি মীওইবগী থাজবদই থোকপনি' হায়রু খুদিং ভুং থাজদবী নুপীদুনা খুম্মী হায় ... 'ঐহাক্তি হকথেংনরবনি, মীগী ৱা থাজরুনু।'

লৌশিং পুক্কে/খোমজিনবা- কৈথেল্লাকপম খুমনঙম্বা

লৌশিং পুক্কে/খোমজিনবা- কৈথেল্লাকপম খুমনঙম্বা

ওনীংবা ফহনবদা মতেং পাংবা চীঞ্জাকশিং

ঐখোয়না ওনীংবা মতমদা চানীং থক্লীংবা পোকপদি লায়রদনা চানবা চীঞ্জাক্তু নীংশিংনবখক্তদফাওবা ওনীংবগী চাং হেঞ্জিল্লকই। অদুমক্তি ওইরগা করিগুম্বা খরা চাশীন-থকচীন্দুনা চাকখাউবু পোত্থাহনবদি মথৌ তাই।

ওনীংবা ফাওরকপগী তোঙান-তোঙানবা মরমশিং লৈবা য়াই। খুদম ওইনা-ভাইরস, ফুদ পোইজনিং, কেন্সর ট্রিটমেন্ট, মোসন সিকনেস (গাড়ী, এরোপ্লেইন, হি, জ হাজ তোংবদা কোক ঙাওবা), মীরোনবা, চাবা তুমদবা অসিনচিংবশিংনি।

মপুঙ ফানা পোত্থারগা মহী-মনাই ফজনা থক্লবদি ওনীংবা ফাথবা ঙম্মী। অদুগা অকক্লবা চীঞ্জাক খরা চাবনসু ওনীংবা ফহনবদা মতেং পাংই। ওনীংবা ফহনবদা মতেং পাংবা চীঞ্জাকশিংগী মরমদা খঙমীন্নসি।

সিং: মমাঙঙৈদগী হৌনা ঈপা-ঈপুশিংনা সিংবু ওনীংবা ফহন্নবা পাম্বৈ ওইনা শীজিন্নদুনা লাক্লি। সিংদা য়াওবা জিঞ্জরোল অমদি শোগোল হায়রিবা পোৎশক অনী অসিনা চাকখাও হাঙহনবদা মতেং পাংদুনা ওনীংবা ফহল্লি।

মীরোল্লিঙৈ মতমদা ওনীংবা অমদি ওবদা সিংদগী ফংবা কান্নবশিং থিজিন্নবগীদমক ষ্টদি অমা পাঙথোকখি। রেন্দমাইজ কন্ত্রোল ট্রাইয়ল মরিদা প্লসিবোদগী শিং চাবনা হেন্না মীরোনবীশিংদা ওনীংবগী চাং হন্থহল্লি অমদি তোয়না ওবগী চাংসু হন্থহল্লি হায়বা খঙখি। মসিগা লোয়নননা কেমোথেরাপিনা মরম ওইরগা ওনীংবা, মোর্নিং সিকনেস অমদি সি সিকনেস ফহনবদসু প্লসিবোদগী সিংনা কান্নবা হেল্লি হায়বা খঙখি।

বি আর এ টি দাইট: বি আর এ টি হায়বদি বি-বনানা (লফোয়), আর-রাইস (চাক), এ-এপলসোস (সেমদগী শেন্বা সোস), টি-টোষ্ট। চীঞ্জাকশিং অসি ইচম চম্বা অমসুং য়াম্না লায়না তুম্বনা মীওই অয়াম্বনা চাবদা নুংঙাই। লফোয় অসি ইনর্জি অমদি ন্যুট্রিএন্টশিংসু মরাং কায়না য়াওই। পোটাসিয়মগী চাং ৱাংনা য়াওবনা ওবা মতমদা হকচাংদগী মাঙখিবা ইলেক্ট্রোলাইটশিং মেনখৎপদা মতেং পাংই।

বি এ আর টি দাইটনা ঐখোয়দা তুং কোইনা মতীক চাবা ন্যুট্রিএন্টশিংদি পীবা ঙম্বা নত্তে। মসিনা ওনীংবা ফাওরিঙৈ মতমদুদা কান্নবা ফংহল্লি, খরা ফরক্লবা মতমদদি অতোপ্পা চীঞ্জাকশিংসু চাগদবনি। বি আর এ টি দাইট অসি চারিঙৈ মতমদা হকচাংদা ঈশিংগী চাং ৱাৎহন্দনা থম্বা মথৌ তাই। ঈশিং থকপা মতমদা খজিক খজিক্তং ওইনা তোয়না থক্কদবনি। অমুক্তংদা য়াম্না থকচীল্লুরগাদি মদুনা হেন্না ওনীংবদা মতেং পাংশিনবসু য়াই।

অঈংবা চীঞ্জাকশিং: অঈংবা চীঞ্জাকশিংদি অশাবা চীঞ্জাকশিংগুম্না মনম কা হেন্না নমগন্দে, অদুনা ওনীংদুনা হকচাং নুংঙাইত্রিঙৈ মতমদা চাবা নুংঙাই। কনাগুম্বা খরদা অশাবা চীঞ্জাক্কী মনম অদুনা ওনীংবা ফাওবদু হেঞ্জিলহনবসু য়াওই। চাবা য়াবা অঈংবা চীঞ্জাক্কী খুদম খরা:

- পিনট বট্টর নৎত্ৰগনা এগ সলাদকুম্বা প্রোটিন য়াওবা সেন্দৱিচ
- ক্রেকর, চিজ খরগা লোয়ননা
- য়োগর্ট
- পোপসিকল

প্রোটিনগী চাং ৱাংনা য়াওবা চীঞ্জাক: হকচাংনা চাবা তুমহন্নবা এঞ্জাইমশিং শুংবদা প্রোটিন্না মতেং পাংই। ঈনা হকচাংগী মফম শিনবা থুংবদা ন্যুট্রিএন্টশিং পুননবগীদমক ওক্সিজিনেসন তৌবদসু হকচাংনা প্রোটিন শীজিন্নৈ।

কার্বোহাইদ্রেটতগী প্রোটিননা চাং হেন্না চাবনা মীরোনবী নুপীশিংদা ওনীংবা অমদি ওবা ফহনবদা মতেং পাংই হায়বা রিছার্স খরদগী খঙবা ঙমখিবা লৈরে।

প্রোটিন মরাং কায়না য়াওবা চীঞ্জাকশিংগী খুদম ওইনা:

- পিনট বট্টর
- ঙা
- টর্কি
- য়েরুম অফূৎপা
- প্লেইন য়োগর্ট (চিনি থাক্তবা)

অসিগুম্বা প্রোটিন মরাং কায়না য়াওবা চীঞ্জাকশিং অসি কেলোরি হেনগৎনবগীদমক টোষ্ট, চাক, নৎত্ৰগনা নুদলসকুম্বা অচম্বা চীঞ্জাকশিংগা চমীন্নবা য়াই।

ওনীংবা ফাওরিঙৈ মতমদা চানীং-থক্লীংবা ফাওদবা য়াই। অদুবু অকক্লবা চীঞ্জাক মখল খরা খজিক্তং চাশীনবনা ওনীংবা ফহনবগা লোয়ননা হকচাং তেকখৎহনবদা মতেং পাংই।

ঈশিং নৎত্ৰগনা সোদাগুম্বা মহী-মনাইশিং থক্তুনা হাইদ্রেটেদ ওইনা লৈরবদি, ওবদা হকচাংদগী মাঙখিবা মহীগী শরুকশিং মেনখৎপদা কান্নগনি।

ওনীংবা ফহনবদা মতেং ওইবা য়াবা ঈশানা তৌজবা য়াবশিং ওইনা:

- চাবা মতমদা চপ তিংনা ফম্বা
- চাবা লোইবগা থবক তৌশিন্দবা
- চারিঙৈ মতমদা ওনীংবগী ৱাখলদু কাউথোক্লবা টি ভি য়েংবা, লাইরিক্লুম্বা পাবা নৎত্ৰগনা ৱারী-ৱাতাই শানবা
- চাবা তুম্বদা মতেং ওইনবা তপ্পা চাবা
- খজিক খজিক্তং ওইনা তোয়না চাবা
- চাবা লোইবগা চীন তেংথোকপা নৎত্ৰগনা য়া শেংদোকপা

করিগুম্বা মরম ইরৈ লৈতনা মতম শাংনা ওনীংবা ফাওদুনা লৈরবা, নৎত্ৰগনা ওনীংবদুনা মরম ওইরগা চাবা-থকপা শুকয়া য়াদ্রগদি দোক্টর অমগা তানবীগদবনি।

নুপী ফিশাবী ৪৫০ দা কান্নবা ফংহল্লগনি : এম হেমন্তা

ইম্ফাল, ওক্টোবর ১৭ (ঐচ এন এস):

ৱাংজিং তেন্থা এসেমব্লী কনষ্টিট্যুএন্সিগী খুঙ্গং ১২ গী মনুং চন্না লৈবা ফিশাবী, ইন্ত্রোইদরি অমদি ফুরিৎ তুবগী শিনফমদা থৱায় য়াওবা নুপী ৪৫০ দা মিনিষ্ট্রি ওফ মাইক্রো স্মোল এন্দ মেদিয়ম ইন্টরপ্রাইজেসকী মখাদা হকথেংননা কান্নবা ফংহল্লগনি হায়না হান্নগী মিনিষ্টর মোইরাংথেম হেমন্তনা ফোঙদোকখ্রে।

ৱাংজিং তেন্থা ফার্মরস দিভলপমেন্ট এসোসিএসন্না শীন্দুনা খোংজোমদা লৈবা এসোসিএসন অসিগী কমপ্লেক্সতা পাঙথোকখিবা নোংমগী ওইবা ট্রেদিসনল ইন্ত্রোইদরি ক্লষ্টরগী এৱ্যের্নেস প্রোগ্রামদা ৱা ঙাংলদুনা এসোসিএসন অসিগী চীফ ফঙ্কসনরি ওইরিবা হান্নগী মিনিষ্টর মোইরাংথেম হেমন্তনা হায়খি, এৱ্যের্নেস প্রোগ্রাম অসি এস এফ য়ু আর টি আই, কে ভি আই সী, মিনিষ্ট্রি ওফ এম এস এম ঈগী মখাদা পাঙথোকপনি। মিনিষ্ট্রি ওফ এম এস এম ঈগী স্কিম অসিগী মখাদা নেসনল এৱার্দ ফংলবা মীয়াম্না ৱাংজিং তেন্থা ফার্মর দিভলপমেন্ট এসোসিএসন হায়না খঙনরিবা অসিনা থবক পায়খৎলকপনি। প্রোজেক্ট অসিগী অপূনবা শেনফম লুপা ক্রোর ১.৩২ নি। মসিগী মনুংদা ইন্দিয়া লৈঙাক্না চাদা ৯০ অদুগা দল্লিয়ু এ টি ঈ এফ এ দি ঈ এসনা চাদা ১০ পুথোক্তুনা নুপীশিংগী শেন্থোক লম্বী হেনগৎনবগী থৌরাং অমনি। এসেমব্লী কনষ্টিট্যুএন্সি অসিগী আর্টিসানশিংদা রো মেটরিয়ল ফংহনবা অমদি মার্কেটিংগী সপোর্ট পীবগা লোয়ননা ট্রেদিসনল প্রদক্ট কয়াসু পুথোকহন্নবা মীৎয়েং থল্লি হায়খি। থৌরম অদুদা সোসল ৱার্কর পিইবোহল, রিটয়ার্দ টিচর এস মৈন্যো অমদি ফিশ ফার্মরগী প্রসিদেন্ট এস কুঞ্জোনা দেজদা ফমখি হায়রি।

এম য়ুদা স্মার্ট ফোন ফিল্ম মেকিং কোর্স পাঙথোক্লগনি

ইম্ফাল, ওক্টোবর ১৭ (ঐচ এন এস):

দিপার্টমেন্ট ওফ মাস কম্যুনিকেসন, মণিপুর য়ুনিভর্সিটিনা ফিল্ম এন্দ টেলিভিজন ইনষ্টিট্যুট ওফ ইন্দিয়া পুনেগা খুৎশম্নদুনা নুমীৎ ১০ নিগী ওইবা স্মার্ট ফোন ফিল্ম মেকিং কোর্স অমা চহী অসিগী নবেম্বর ৪ দগী নবেম্বর ১৪ ফাওবা পাঙথোক্লগনি হায়না এম য়ুগী মাস কম্যুনিকেসনগী ঐচ ও দি ইন-চার্জ ডা. মিনাকুমারী অঙোমনা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা হায়, মণিপুর য়ুনিভর্সিটিগী দিপার্টমেন্ট ওফ মাস কম্যুনিকেসনদা স্মার্ট ফোন ফিল্ম মেকিং কোর্স অসি পাঙথোক্কনি। পার্টিসিপেন্ট মশিং ৪০ ওইগনি। সিট ২০ অমদি আউট সাইদরশিংগী রিজার্ভ ওইগনি। সিট ২০ না মণিপুর য়ুনিভর্সিটিগী ষ্টুদেন্টস ষ্টাফ অমদি টিচরশিং ওইগনি। এদ্যুকেসনল ক্বালিফিকেসন ক্লাস টুয়েল্ব পাস ওইগনি। অদুবু এক্সেপসনল কেসতদি ক্লাস টেনগী পাস তৌবা ওইগনি। পার্টিসিপেসনগী ফি অসি দিমান্দ দ্রাফ্ট নৎত্ৰগ কেস ওইনা পীবা য়াগনি। ফর্ষ্ট কম ফর্ষ্ট সার্ভ বেসিসতা খনগনি। এপ্লিকেসন পীশিনবগী অরোইবা মতম থা অসিগী ২০ গী নুংথিল পুং ৩ ফাওবনি। স্মার্ট ফোন ফিল্ম মেকিং কোর্স নুমীৎ ১০ নি চথুগদৌরিবা অসিদা ফেকল্টি কয়ানা তাকপী তম্বীগনি। কোর্স অসিদা ফোকস, এপার্চর, সাউন্দ, পিকচর, ট্রাইপোদ এন্দ হেন্দল্ড সুট্টিং য়াওনা তোঙান তোঙানবা হিরম কয়াদা তমগনি হায়নসু মখা তারি।

এৱ্যের্নেস প্রোগ্রাম পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, ওক্টোবর ১৭ (ঐচ এন এস):

মণিপুর খুন্নাইদা ময়াই কাবা চীঞ্জাক্না পীবা চৈথেং হায়বা হিরমদা এৱ্যের্নেস প্রোগ্রাম অমা য়ুনিভর্সেল ক্লব অমদি কাঞ্চি লৈকায় মৈরা পায়বী এন্দ ৱিমেন দিভলপমেন্ট এসোসিএসন্না নোংচুপ ইম্ফাল পলেম ইমা অপূনবা লূপকা খুৎশম্নরগা পাঙথোকখ্রে হায়না য়ুনিভর্সেল ক্লব লংথবাল কুঞ্জগী সেক্রেটরি এল সুন্দরনা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা হায়, থৌরম অদুদা এল লালমনি, চ্যেরপার্সন এল এম সী, টি ঐচ ইবেয়াইমা, প্রসিদেন্ট নিম্পাল, এ কুল্লা প্রসিদেন্ট য়ুনিভর্সেল ক্লব, অহৈবম ইবেয়াইমা প্রসিদেন্ট কাঞ্চি লৈহাও মৈরা পায়বী, এল জোন্সন মেম্বর ৱার্দ নম্বর ৮ না ময়াই তাংবল লৌখি।

এৱ্যের্নেস প্রোগ্রাম অসিদা লৈমকোলগী প্রসিদেন্ট এম সী রিতা, য়ু সী এমগী প্রসিদেন্ট সুনিল করাম, কাদাগী ভাইস প্রসিদেন্ট দিপাঞ্জিৎ নিংথৌজমনা রিছোর্স পার্সন ওইনা শরুক য়াখি হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তারি।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ১৮।১০।২০১৯ ইং, ইরাই, অয়ুক পুং ৭.২৯ ফাওবা মেরাগী ১৯নি পাল্লি, মতুংদি ২০নি পাল্লনি।

মেষ : পাউ নুংঙাইবা তাগনি, লম চৎপা মায় পাক্কনি অমদি অরাপ্পদগী কান্নবা ফংগনি। মরুপ-মপাং অমদি নচা ননাইনদি লৌথোকনিংবা লৈগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - খন্থরগা ৱা ঙাঙবা ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা/চেঙ।

বৃষ : হরাওবা, নীংবসু থুংবা অমদি ওইজবা থিবদা মায় পাকচবা নুমিৎনি। মরুপ-মপাংগী মতেং লৌবা য়াগনি, মীকোক থোংগনি-ফিংলবদি নুংশা থিগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

মিথুন : অরং-অরাক চেকশিল্লু অমদি অফা-অপুন নংবা য়াবা থবক্তা য়াওরুনু। মরুপ-মপাংসু পুকচেল পিকশল্লকপা লৈগনি- অদুনা য়াকা য়েংনা চৎপা ফগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - ওইজবা মাঙগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

কর্কট: শেল ফংগনি, মীচং হেনগৎকনি অমদি নথক থোংবনা চানগনি। খাংবা কনবগী কান্নবা ফংগনি। অনৌবা অশা লাক্কনি। মীতোপতি থাজবা মাঙগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

সিংহ : ইশাগী ৱাখলতনা পাংবা থবক শোইদনা মায় পাক্কনি-অদুনা মীনা ইনশিনবা লৌদবা ফৈ। মীয়াম লোয়নবদি কান্নগনি। ফিংলদি নরল মাঙগনি-কাউগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবা ফংজৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

কন্যা : নীংবা মপা চারোই-অদুনা হেন্না অশা চাওরুনু। অঙম্বনা চানবীবা ৱাৎকনি অদুনা নথৌদা পূক্নিং চংবা ফগনি। পোরম শোইরদি নরল কাইবা য়াই।
লৈশা পাখংশিংগী - চিন য়াংগনু।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

তুলা : হান্নগুম মরুপ মপাংগী মতেং লৌবা য়াগনি অমদি নঙগী ওইবা মীশিংনা কান্নবা পীগনি। থবক থৌরমদদি লাইথোকপা য়াদবা-ইকাইবা নংবা য়াবা লৈ।
লৈশা পাখংশিংগী - চরাংনবা য়াদে।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/কিসমিস।

বৃশ্চিক : খ্বাইদগী লাইবক ফবা ঙসিসু লৈ অমদি ৱানোম থৌনোম কান্নগনি। ৱাখলগী শক্তি য়াম্না লৈ অদুনা খন্থরগদি মাইথিবা লৈরোই। মীতোপ লোয়নগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবা ফংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

ধনু : অয়াম্বা থবক্তা মাই পাক্কনি, কনানসু লাকচবা ঙম্লোই অমদি লল্লোন ইতিক্কী লম্‌দা চাউনা মাই পাক্কনি। থৌনা লৈনা কিদনা নিংজরকপা পাংবা য়াগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশি মপাউ তাজৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

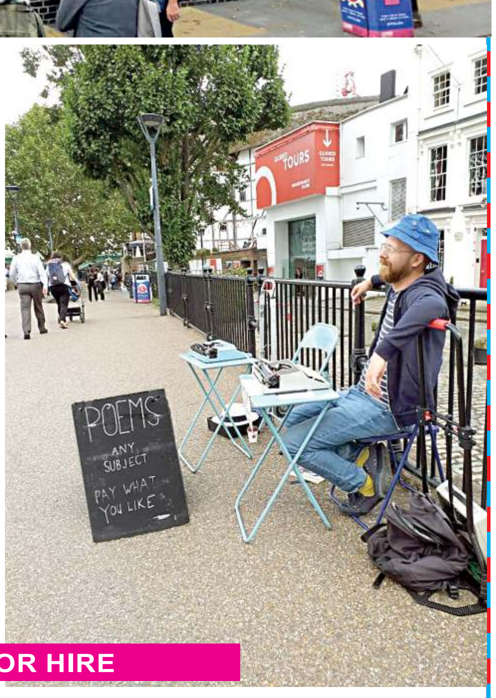
মকর : পন্দুনা লৈরুবা শেল-থুম ফংবা য়াবা অমদি অনা অয়েক কোকচবা লৈরনি। মরুপ মপাং ফংগনি অমদি মখোইগী মতেংনা অরুবা থবক পাংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক ফবা ৱাৎলি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

কুম্বা : থিবা হুম্বা কনবনা মাই পাক্কনি অমদি চাদিং হন্থগনি। খঙদনা অখঙ শারদি লন মাঙবদা নত্তনা কাইনবসু নংগনি। লম চৎপদি হুরানবগী খরা চেকশিল্লু।
লৈশা পাখংশিংগী - পূক্নিং ফাথবা ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

মিন : মরুপ-মপাংগা ৱাখল তান্নদবা খরা লৈগনি অদুম ওইনমক মীরক চংবদি নুংঙাইবা ফংগনি অমদি লৈতেংগী পোৎলম ফংবা য়াবসু লৈ। নোল্লুক্লদি চৎলু।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবা ফংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।

মমি ৱারী - অথোইবা সৌবাম



POET FOR HIRE

'চঙলকপউ লাউ ইনাক্তা তম্লো লাউ হায়নীংবা লেংলগে নহাক্কীদমক শৈরেং'

লন্দনগী থেমস তুরেলগী খা থংবা খোংবান্দা, সেক্সপিয়রগী গ্লোব থিএটরগী মমাঙ ওইরপ্পা