হীদাক কান্নরবা পাম্বীশিং ঃ হৈজুগা

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

হৈজুগা হায়বসি ময়ায় ওইরপ্পা চাওবা অমদি মীওইবদা থোইদোক-হেন্দোক্লা কান্নবা পীবা উ পাম্বী অমনি। হৈজুগা পাম্বী অসি ইংলিসতা ইংলিস ৱালনট নৎত্রগা কম্মন ৱালনট নৎত্রগা পর্সিয়ান ৱালনট নৎত্রগা ওল্ড ৱর্ল্ড ৱালনট (Old World Walnut), চাইনিজদা হু তাও (Hu tao), মেক্সিকোদা নোগাল দি কেসটিলা (Nogal de Castilla), সাইনি টফিক নৎত্রগা বোটানিকেলগী ওইবা মমিংদা *জুগ্লান্স রেজিয়া (Juglans regia Linn.)* নৎত্রগা *জুগ্লান্স ফেলেক্স (J. fallan Dode)* নৎত্রগা *জুগ্লান্স ওরেন্টিস (J. orientis Dode)* নৎত্রগা *জুগ্লান্স কামওনিয়া (J. Kamaonia (C. de Candolle) Dode)* নৎত্রগা *জুগ্লান্স দুক্লোসিয়ানা (J. duclouxiana Dode)* হায়না কৌই অমসুং *জুগ্লান্দেসী (Juglandaceae)* শাগৈগী মনুং চল্লি। হৈজুগা পাম্বী অসি হিন্দিদা থোইদোক হেন্দোক্লা আখরোট (Akhrot) হায়না মমিং চৎলি। লেটিনগী মরোলদা হৈজুগা পাম্বী অসি নক্স গেলিকা (Nux Gallica) হায়বদি গেলিক নট (Gallic nut) হায়না খঙনরম্মী। হৈজুগা অসি মখল কয়ামরুম ফংই।

হৈজুগা পাম্বী অসি ময়ায় থংবা এসিয়াগী চীংগী লমদমশিং মরুওইনা নোংচুপ থংবা চাইনাগী শিনজিয়াঙ (Xinjiang) প্রোভিন্স, কাজাকিষ্টান, উজবেকিষ্টান, নেপাল, ভুটান, টিবেট, পাকিষ্টান, আফগানিষ্টান, টুর্কিমেনিষ্টান, ইরান, শ্রী লঙ্কা, অৱাং থংবা ভারত, অর্মেনিয়া, জোর্জিয়া অমসুং টুর্কিদগী হৌরকখিবনি হায়না পাউদমলি। অদুবু ঙসিদি হৈজুগা পাম্বী অসি মালেমগী অয়াম্বা মফমশিংদা পুদুনা থাখ্রে। খৃষ্টনা পোকত্রিঙৈ মরিশুবা সেঞ্চুরিদা Alexander the Great না হৈজুগা পাম্বী অসি পুখিদুনা মেশোদোনিয়াদা থাখিবগী পাউদমসু লৈ। খঙবদা য়াম্না কান্নবা ৱাফম অমনা হৈজুগা পাম্বী অসি মখল অনী শুই। অহানবদা মহৈ অদু পাম্বীগী মতোন থংবা শরুক্তা অয়াম্বা পানবা অদুগা অতোপ্পা অদুনা মহৈ অদু পাম্বীগী ময়ায় থংবা শরুক্তা পানবা। পাউদম অমগী মতুং ইন্না হৈজুগা পাম্বী অসি হৌজিক চাইনাদা পাক শন্না থারিবা হৈজুগা পাম্বী অসি ঙসিদগী চহী ২০০০

রোমগী মমাঙদা ময়ায় থংবা এসিয়াদগী পুদুনা থাখি। আমেরিকাদদি পাম্বী অসি ১৭শুবা শদাবতিদা থাবা হৌখি হায়না পাউদমলি অমসুং মফম অসিদা ঙসিদি পাক-শন্না থাখ্রে। হৈজুগা পাম্বী পাক-শন্না থাবা লৈবাকশিংদি ফ্রান্স, গ্রীস, বুলগেরিয়া, রোমানিয়া, হঙ্গেরি, সর্বিয়া, চাইনা, মেক্সিকো, ন্যুজিলেন্দ অসিনচিংবনি।

গ্রীক্কী এজিয়ন সি (Aegean Sea) দা লৈবা স্কোপেলোস (Skopelos) ঈথৎকী মীওইশিংনা থাজনৈ মদুদি হৈজুগা পাম্বী

থারিবা মীওই অদু পাম্বী অসিনা মপূং ফানা চাওরক্তুনা সমুদ্রদা উরবদি থারিবা মীওই অদু শিগনি হায়বসিনি। ফ্লেন্দরস (Flanders) কী ফুঙ্গা ৱারীদা অসুম্না থাজনৈ মদুদি হৈজুগা থারিবা মীওই অদু হায়রিবা পাম্বী অদু মপূং হেক ফারকপগা শিগনি হায়বসিনি। মসিনা সাইন্সকী মিৎয়েংদা য়েংলবদি হৈজুগা পাম্বী অসি হৌবা য়াম্না তপ্পী অমসুং পাম্বী অসিনা মপূং ফারকপদা মীওই অদুসু অহল ওইশিল্লক্তুনা শিবগী মতম য়ৌরকই। Beneventan গী স্ত্রেগা (Strega) হায়রিবা মালেমদা ফাওরিবা য়ু অসিগী লিক্লিদা হৈজুগা পাম্বীগী মখাদা হেলোয় ময়াম্না জগোয় শাবগী শক্তম উৎলি। নোংচুপ থংবা সাইবেরিয়াগী রাদেভিয়ান (Radevian) গী খুঙ্গংদা চৎনবী অমা লৈ মদুদি খৃষ্টমাসকী অয়ূক্তা য়ুম অমগী য়ূম্বু অহল অদুনা হৈজুগা মহৈ অমা থুগাইবা মতমদা মখোল ফজনা থোক্লিবসি চহী অদুমা চাওখৎপা অমদি নুংঙাই-য়াইফবা পুন্সি ওইগনি হায়না থাজনৈ অদুগা মখোল অদুনা শুৎ লাওরবদি ইমুং অদু চহী অদুমা অৱা-অনা তাগনি হায়না থাজনদুনা মদুবু ঙাকথোক্লবা অহল অদু মহাক্কী য়ূম অদু য়াম্না থুনা অহুম্লক "Do not listen God, to Jack, who is fall of cack" হায়বা ৱাহন্থোক লৈবা মখোয়গী মরোলদা লাওদুনা কোয়গনি।

হৈজুগা মহৈদা য়াওবা চিঞ্জাক্কী ওইবা মগুণশিংদি :- কার্বোহাইড্রেটস (চাদা ১৩.৭১), চনাং (চাদা ০.০৬), সুগরস (চাদা ২.৬১), দাইটেরি ফাইবর (চাদা ৬.৭), ফেট (চাদা ৬৫.২১), ভিটামিন অমসুং মিনরেলস মখল কয়ামরুম অসিনচিংবনি। হকচাংদা থোইদোক-হেন্দোক্লা কান্নবা পীবা ঙম্মী হায়না লৌনরিবা পাম্বী ৩৮ না পুনশিন্দুনা শাবা হীদাক (Bach flower remedies) অসিদা হৈজুগা অসি মরুওইবা মচল অমনি। য়ু এস এগী Food & Drug Administration গী মতুং ইন্না মীওই অমনা নোংমদা হৈজুগা আউন্স ১.৫ (1.5 ounced) চারবদি হার্ট এটেক তৌবদগী ঙাকথোকপা ঙমগনি। ওষ্ট্রেলিয়াগী অনা লায়েংদা হৈজুগাগী অকংবা মনা অসি ঈশিংদা ফজনা শুগাইরগা তিংদুনা লৌবা মহী অদু পীথক্তুনা দাইবেটিস মেলিটস অসি লায়েংনবগী পাউদম লৈ। হৈজুগাগী অনৌবা মহৈগী মকু অদু পায়রুবদা খৃৎতা চুহনবতা নত্তনা উনশাগী লায়নাশিং থোকহনবা য়াবগী চেকশিন ৱা থম্লক্লি। হৈজুগাগী মহৈদগী লৌবা থাউ অসি মীওইবগী চীঞ্জাক ওইনা পাম্না চান্নে। ইরানগী ফেসেনজান (Fesenjan) অমসুং খোরেস (Khoresh) হায়রিবা এঞ্জাংশিং অসি থোংবদা হৈজুগাগী মহৈ অসি য়াম্না মরুওইবা মচল অমা ওইনা য়াওই। আইস ক্রিম শেম্বদসু হৈজুগা অসি শীজিন্নবা য়াই। মসি ঙা অমসুং শা থোংবদসু হাপ্লে। কেক মখল কয়ামরুম হৈজুগাদগী শান্নে। হৈজুগাদগী লৌবা মচু অসি শম মচু শংবা, লাই য়েকপা, মুক শেম্বা অমসুং ফিরোল মচু শংবদা শীজিন্নে। মালেমগী ফাওরবা Leonardo da Vinci না মহাক্কী লাই য়েকপদা হৈজুগাগী মকু শীজিন্নখি হায়বগী পাউদমসু লৈ।

এদিটরদা থারকপা ৱাকৎ, মীয়ামগী খোল্লাউ, পাউদম অমসুং অতৈ-অতৈ

এক্সিদেন্টতা নমদনা লাইচুদৌরি

ইকায়খুম্নজরিবা এডিটর,

ঙাঙবা কনবদগী মমা-মপা ওইবশিংনা মচাগী অপাম্বদা তৌদুনা গাড়ী লৈবিবগী লাইচৎ অমা ওইনা কন্না চৎনখৎলক্লি। নিঙাই চাউবা মচানবু হায়রবদি মীঙোন্দগী পুবা খঙদে, লৌ য়োন্থোকপা খঙদে, ইন্সটোলমে-ন্টদা খঙদে অমদি অদুমক মচাগী মনিং থুংহল্লিবনি। কম্পনিনা পাল্লকপা ইঞ্জিন্দুগা চানরে হায়রিবা সাইলেন্সর অদু লৌথোক্লগা অহৌবা মখোলগী সাইলেন্সর পানশিন্দুনা থৌবদা লম্বী চৎপা মীওইশিংনা গাড়ী অচৌবা লাক্লে খন্দুনা খোঙলক্লিবা হোর্নদুদা ইপা-পাখৎনা কাঙলম চেনবগী থৌদৌ তোয়না থোক্লি। মশাগী অদুমক য়াওরগদবা সাইট গ্লাস ফাওবা লৌথোক্তুনা গাড়ী থৌরিবা মখোয়গীসু অশোয়বা অমা লৈরিবনি। শো তৌনিংবা ইনখৎলকপা নহারোলগী মশীংসিনা ওপার অমা লৈখৎলকপসিদা হৈরে-শিংলে হায়দুনা তুং-মাং য়েংদনা লম্বী চৎলিবা হোয়া-দোয়া লৈতবা ইঞ্জিন পানবা গাড়ীনা থেংজিনবগী থৌদৌসু থোক্কদবগী ঙাইদুনা লৈরিবনি।

মীশিং য়ামখৎলকপগী মতুং ইন্না লম্বীদি লাইনা য়ারোই খরমখৈদি চাওথোরক্লি। খরদনা চাওথোক্লগা খরদনা পিশক পিকশিনবা মসিসু য়াওরিবনি। হৌজিক হৌজিক অদুমক মায়োক্লদুনা লৈতে করম হায়গনি। গাড়ীগী চে চাং শুদবা কয়া অমা ফাগৎতুনা ফাইন কয়া থিহনখিবা পূম্নমক ঐখোয়গীদমকনি। য়াদে হায়বা অদুতা তৌবিদ্রগা লোইরে হায়বগী ৱাখলসিমা লমদমসিগী মীওই খুদিংমক্কী ৱাখলদা লৈতবদৌনা উবসি অরানবা ৱাফমদি নত্তে। হেলমেট উপ্তুনা গাড়ী থৌবা, হেলমেট উপ্তবগী ফাদুনা ফাইন থিহনবা, মসিদা চুমগদৌরিবসিবু কনানি হায়দৌরিবগে? ইম্ফাল ইষ্ট, ইম্ফাল ৱেষ্টকী মরুওইবা মফম খরদা ত্রাফিক পোষ্ট কয়া লৈরিবসিগী মনুংদা কাঙলোন চুম্না মথৌ ফজনা তৌবা ত্রাফিক পোষ্ট লোয়নমক্লি হায়বা লান্দৌরিবনি। মসিগী মতাংসিদদি লমদমসিগী মীওইশিংনা খঙনরবা, উনরবা ঙাক্লি। হায়জিন্নবা য়াবা নত্তে। থবক অদুনা শাখিনি।

লম্বীগী খুদোংথিবদগী লৈখিদবা মরাইবক থীরবা মীওই খরদি চহী অমগী ওইনা মশীংবু ওন্থোক্লা য়ামলক্লি। পূম্নমকসিগী মনুংদা অহৈ অপা শাবদগী লাইবক থীবা থৌদোক্তা অমগা অমগা মান্নে হায়বা য়াদবসু য়াওরিবা পোৎনি। লৈখিদ্রবা মীওইশিংদুগী মনুংদা মহি ময়াই চেল্লবা, মতিক মগুণ লৈরবা মীওই কয়া অমসু য়াওরিবনি। চাওখৎলবা সহর কয়াদদি ইলেক্ট্রিক্কী মতেংনা লম্বী চৎথোক চৎশিনগী লাইট সিগনেল শীজিন্নবা ঙাক্তনি। ঐখোয়গী লমদমসিদা লাইট সিগনেলগী মথৌনি হায়দুনা মতম খরা তৌরল্লগা অদুমক মমি শামখিবা হায়রুবগী কান্নববু লৈত্রবনি। পূম্নমকসিগী অশোয়বা অমদি শোয়দনা লৈরমগনি। লাইট সিগনেলগী মচু অহুম লৈরিবসিগী মচু খুদিংগী ৱাহন্থোক অমমম লৈ।

অঙাংবা মচুনা লেপখো। অশংবা মচুনা চৎপা য়ারনি। অদুগা কোমলা মচুনা এটেনসন, মথংগী মচু লাক্লবগী ৱাহন্থোক ফোঙদোক্লি। মতাংসিদা খঙহৌদনা মৈহৌ লাংপোক্কী ফায়র বৃগেট লাক্লবদি মদু হান্না চৎহন্নবা হোৎনগনি। এম্বুলেন্সকী গাড়ী, ভি আই পি মথং মথং চৎহনখিগনি। মতুং তারকপদা ত্রাফিক পুলিসকী সাইন্দা চৎকনি। করিগুম্বদা হেন্দিকেপ অমা লাক্লবদি মহাক হান্না চৎহন্নবা ত্রাফিক পুলিসতুনা শিনগনি? মসিগী মতাংদা কনাগুম্বা অমতনা ৱারৌনিঙাই লৈরোই। মসিদা অঙম্বা মতেংবু পীগদবনি। গাড়ী থৌনা থৌনা মোবাইল ফোন শীজিন্নবা য়াদে হায়বা অমা লৈরবসু অদুমক শীজিন্নবা উরি।

ইঞ্জিন পানবা গাড়ী মচা থৌনা থৌনা ছাটিন খন্দুনা মখূৎ নাম্মনা গাড়ী থৌবা মসিসু ঐখোয়গী লমদমদদি মথেল অমা ওইনা অদুমক উরি। ত্রাফিক্কী চৎনরোল লৈনা লৈনা থওই-ৱাওইদবসি ঐখোয়গী লমদমসু অমনি হায়বদা অরানবদি ওইররোই।

চহী নৌরিবা অঙাংশিংবু মমা-মপা ওইবশিংনা একাগাড়ী থৌবা হৈরে হায়দুনা লম্বী সরক্তা গাড়ী থৌহন্দুনা পাখোন শীবা তৌরোইদবনি। মসিনা খুদোংথিনিঙাইগী অচৌবা মরম ওই। শোয়বা য়াবা থৌদোক-ৱাথোক হায়বসিমক্তবু চেকশিন্দবদগী ঙাক্তনি। শঙ্গোলদা চঙগনি খঙদ্রবা, মপূ লৈরবসু লৈতবদৌনা তৌরিবা, মনীং তম্লিবা ষণ, শগোল মসিনসু লম্বী চৎথোক চৎশিন্দা খুরৌদি অদুমক ওইহল্লিবনি। মসিগীদমক মরী লৈনবা ওথোরিটিনা মীৎয়েং চঙবগী তঙাইফদবা ওইরবসু থবক ওইনা ওন্থোরকপদি উদ্রি।

ষণ, শগোলগী মপূশিংদা য়াদে হায়বগী জুলুম অমা পীদ্রগদি য়াই হায়দুনা অসুমক মখা চথদুনা লৈদৌরি। চাওখৎ-চাওখৎলবা সহরদুগী লম্বীশিংদা ষম্থি তাবদি লায়রদুনা উনা অমা ফাওবা তারম্মোই। ঐখোয়গী লমদমসিগী মরুওইনা চৎনরিবা লম্বীশিংদা ষম্থিদি অদুমক তারি। লম্বীনা ফনা য়াম্না পাকথোক চাউথোক্লক্লবসু লম্বী চৎপগী চৎন-কাঙলোন অসিমদি খঙনদবনা মশীং য়াম্লিবনি। মসিগীদমক তঙাইমক ফদনা এব্রেনেস প্রোগ্রাম তৌদবা য়াদবা হায়বদু ওইরক্লবনি।

মতমসিগী কাঙলোনসিদা গাড়ী থৌববু হৈরবা, লাইসেন্স পায়বা পায়দবা গাড়ী থৌবসিসু অদুমক ময়াওরিবনি। অমদা খঙদে, খুদিংমক্তা শোয়খিগদ্রা চেকশিনবসিনা এক্সিদেন্ট থোক্লবগী মরমদি লাপথোক্লা লৈগদৌরিবনি। মীকুপ অমতং শোয়খিবদা, চেকশিনহৌদবদা শোয়নায়রবা পুন্সি, ইথা থাজদনা পুন্সি লোইবা থোক্কদৌরিবনি। মসি মীওই খুদিংমক্তা থোক্লোই তম্বা ঙম্বা নত্তে।

লম্বীগী ফীভম য়েংদনা গাড়ী য়াংনা থৌবা, মসিগা লোয়ননা টু হিলরদা মী অহুম তোংশিনবা খুদোংথিনবগী ময়া নক্লক্লবনি। গাড়ী থৌবদা খৃৎলোইরে, হৈরে হায়রিবা মঙোন্দা শুংশোয় শোয়দনা হোয়া দোয়া লৈতনা গাড়ী থৌবা ভালো লাউনিংবা মীওই অমগা থেংজিনদৌরিবনি। থাজদবা য়াবা নত্তে। মসিমক য়াম্না তোয়নরক্লবনি। এক্সিদেন্টতগী কনবা ঙমগদবসিদি মাঙজৌননা চেকশিল্লবা, শোয়নিংঙাইগী মরম অদুদগী তাম্না লৈখ্রগদবনি। মীকুপ অমতং শোয়বনা পামদ-পামদনা তাইবঙপাল থাদোকপসু কনানা খঙবা?

অদোমগী - হেমজিৎ ইরোম্বা, খুরাই লাইৱাংবা মমাঙ, ইম্ফাল

পুন্সিগী তাঙ্কক খরদং

ইকায়খুম্নজরিবা এডিটর,

মমি শামখ্রবা হৌখ্রবা ৱারী কয়া পুৱারী অমা ওইনা লৈখ্রবা থৌদোক-ৱাথোক কয়াবু নীংশিংলুবগী কান্নবা য়াম্না লৈ হায়বসি ঙসিগী মীরোলনা ইখঙ খঙদবগুম তৌই। অদুবু মসিদগী মীওইবা অমনা মাগী পুন্সি খোঙথাং অমা শেমগৎলকপদা দরকার ওইবা চঙলিবা মচাকশিং মতাং চানা লৌথোক্তুনা হাপচিল্লবদি ফিদমনীংঙাই ওইবা পুন্সি অমা ওইহনবদা মতেং ওই হায়বসি হায়মনবা থোক্লোই। লমসিদা য়াম্না নহা ওইরিঙৈ মতম নৎত্রগা মহৈরোয় ওইরিঙৈ মতমদা মঙোন্দা চঙগদবা থৌনা-লৌশিং অফবা লোনচৎ-শাজৎ ফিদমনীংঙাই ওইবা ৱাঙাং-শাঙাঙ, ফজবা থকসি-খাসি, মীওইবা অমগী মীনুংশি অসিনচিংবশিং অসি মতাং চানা লৌথোক্তুনা শীজিন্নবা হৈখ্রবদি শোয়দমক্কী মায়পাকপা পুন্সি হায়বদু ওইগনি হায়জনীংই। মসিগী ওন্না তৈনবদা মশাদি চাওখত্তনা চাওখৎলবনি খঞ্জবা মীওই কয়ানা পুৱারী নৈনবা মীশিংবু অমনবা নৈনবা চাওখৎতবা মীনি খনবদি লানগনি খঞ্জে।

তাইবঙ মীওইবা অমগী পুন্সিগী মতমদা খ্বাইদগী মরু ওইরিবসি মহৈরোয় ওইরিঙৈ তাঙ্ককসিনি। মসিদা ফংলক্লিবা ৱাখল লৌশিং থৌনা অদুনা পুন্সিবু হুমদুনা পুগদৌরিবনি। মহৈরোয় ওইরিঙৈ তাঙ্কক্তা ওজা গুরুনা তাকপীবা অফবা ৱাখল লৌশিং, পাউতাক পাউরৌ কয়াদু মাগী মনাকোংদা য়ৈদুনা চঙহনবা ঙম্লবদি মহাক অদু মায়পাকপা পুন্সি কৌগনি। মহৈরোয়গী মতম লোইদুনা পুন্সিগী শেন্দান লম্বী চৎলমদাই নৎত্রগা পুন্সি লানফম চঙলমদাই মতমদা মীওই অদুনা মাগী হৌখ্রবা মাংলমচৎ ময়ামদু নীংশিংদুনা মাগী মমিত্তা মথং মথং শংশংনা উরক্কনি। মাবু মী ওইনবা ঙাকপী শেনবীখিবা মমা মপা অমসুং মাবু লমজিং লমতাকপীখিবা ওজা গুরু ময়ামদুগী পাউতাক পাউরৌ ময়ামদু মমল লৈবা অসুম অসুম হেনগৎলক্তুনা মদুনা মাগী অফবা ফিদমনীংঙাই ওইবা পুন্সি শেম্বদা খৃৎলায় অমা ওইনা শীজিন্নরক্কনি।

হৌখ্রবা পুন্সিগী তাঙ্কক খরদং নীংশিংদুনা নৈনবদা খ্বাইদগী লুবা তাঙ্ককসি মহৈরোয় ওইরিঙৈ মতমনি হায়বসি অচুম্বনি। ঙসিদগী চহী কুম্ভাগী মমাঙ হায় স্কুল তম্লিঙৈ মতমদা ঐবু তাকপী তম্বীখিবা ওজা হেদ মাষ্টর অমখক্কী ৱাহৈশিংদুনা ঙসিসু পুন্সিবু হুমদুনা পুরি। ঙসিসু মীৎসিদা শংশংনা উদুনা লৈরিবদি ওজাদুনা য়াম্না তোয়না হায়বিবা পাউরৌ 'অমম্বদা ইকায়য়ু অমম্ববু ইকায় খুমনৌ, জগৎতা লৈরিবা ৱাহৈ খুদিংমক ঙাঙগনু, জগৎতা লৈরিবা চিঞ্জাক খুদিংমক চাগনু, নঙগী নমা-নপা, ওজা-গুরুনা নঙবু ইকায় খুম্নহল্লু, ফত্তবা লম্বেল চৎকে খনবা মীৎকুপ্তা শেম্বীবা মপূবু নীংশিংউ'। অসিগুম্লবা মমল য়াম্লবা পাউতাক পাউরৌ ময়ামসিগী ৱাহন্থোকশিং অসি তাইবঙদা মতিক চাবা মীওই অমা ওইনা ঙম্লকান্দা মাবু শেম্বীরকখিবা মীওইশিংবু মপূনি খঞ্জদুনা মাগীদমক পিরাং অমা কৎথোকই। অসুম্না মীওইবগী মীনুংশি হায়বদু চপ চানা ফাওরকই অমসুং মশানা মশাবু পুন্সিদা মায়পাকপা মীওইনি খঞ্জরকই। মায় পাকপা হায়রগা খঙনরিবসি পৈশা পায়বা, ফুরা দলান ৱাংনা শাবা, মনাই মশল লোইবা মীওইখক্তবু নত্তে, মাগী মাগী তৌজরিবা শিনফমদুদা থোইদোক হেন্দোক্লা খঙ হৈদুনা মীয়াম্না মাবু শকখঙ-মায়খঙবিরবা নৎত্রগা শিনফমদুনা মাবু মহয় চাদুনা মাবু য়োকপী থাকপীরবা অদুগুম্লবা মীওইদুবু পুন্সিদা মায় পাকপা মী হায়বদু কৌই হায়জনীংই।

মীওইবগী পুন্সিসি ঐখোয়না তাঙ্কক কয়া থোক্লা খাইদোকপা য়াই। অদুগা তাঙ্কক-তাঙ্কক্কী মথৌ নৎত্রগা রোলদু চপ চানা লৌবা তাই। শম্না হায়রবদা মহৈরোয় ওইরিঙৈদা মহৈরোয়গী রোল চপ চানা লৌদুনা লাইরিক লাইশুদা মীকোক থোংনবা হোৎনবা তাই। মমা-মপা ওইরকান দনা মমা-মপাগী চপ চাবা রোলদু লৌদুনা মচাবু অচংবা মী ওইনবা শেম্বা তাই। অহল ওইরকান্দনা মনেম-মকুগী চপ চাবা রোলদু লৌদুনা তাকপী তম্বীবা, ৱারক-ৱাতেম্বা তৌবা তাই। মসিদা অশোয়বা নৎত্রগা অশোনবা অমা হেক য়াওবদা অমগা অমগগী মরক্তা থকসি-খাসি হায়বদু কায়রক্তুনা ইমুং মনুংদা মহি লাংবগী হৌরকফম ওইরকই। হায়নবা লৈ মপা ওইরকান্দা মপা শাবা হৈত্রবা, মনেম মকু ওইরকান্দা মনেম-মকু শাবা হৈত্রবা ইমুং অদু মানা মানা পাম্বা মায়কৈদা চৎনখিদুনা মচোই-মচোই তাগল্লি হায়বদি কাং-খোং চাইগল্লি।

অরোইবদা এদিটরগী পূক্লিং চিংশিন্দুনা মহৈরোয়শিংদা পীজনীংলিবা পাউজেলদি স্কুলদা ওজা-গুরুনা তাকপী-তম্বীরিবা ৱাখল-লৌশিং, পাউতাক-পাউরৌ ময়াম অদুনা পুন্সিবু অফবা লম্বীদা হুমদুনা চৎনবা হোৎনগদবনি। তাইবঙদা হায়নবা লৈবনি ঐনা তৌবনা ঐনা ফংবনি, মীনা তৌবনা মীনা ফংবনি, ঐগী হোৎনজমন ঐনা ফংগদবনি অদুনা হোৎনবা লেপ্পা য়াদে, তনবা য়াদে, মতমগী মমল খঙলবা, মায়পাকপা পুন্সিদা নহাক খোঙ থাংজিল্লবনি কাউগনু। হয়েং হায়বদুনা ঙসিনি, ঙসি হায়বদুনা ঙরাংনি। ঙরাং হায়বসিনা নহাননি, নহানগী মথং ময়ামদু পুল্লগা শাংলবা পুৱারী শেম্লকখিবনি। অসুম্না মমি শামখ্রবা, হৌখ্রবা পুৱারী কয়াসিদা নীংশিংদুনা লৈহৌগদবদি অফবা থবক তৌরম্বা মীওই অদুখক্তনি হায়জনীংই।

অদোমগী - লৈমপোকপম জেকেন্দ্রা সিংহ
লাইফম খুনৌ, ইম্ফাল ইষ্ট

মরোল থোকপা লাই