হুইয়েন লানপাও
য়ুমশকৈশা, ৮৫৯ ৪০, ৪০৪৪, ঋমইন
৪৮ ৩৯ ঋতৌ, ৪৩৮৩৯ ঋ৩৩৩
হুইয়েন লানপাউ
য়ুমশকৈশা, জুলাই ২০, ২০২২, ইম্ফাল
৪৬শুবা চহী, ১১৫শুবা মশীং

ভেক্সিনেসনগী থবক

য়োকখৎপীররোইদ্রা, শিজখ্রসনু হায়ব্রা

মণিপুরদা কোভিদ-১৯গী পেন্দমিক য়ৌরকখিবদু কুমজা ২০২০গী মার্চকী অরোইবা চয়োলদগীনি। মালেমগী মীহাৎ লায়নাসিগী শরুক পীকখ্রবা মণিপুরদসু থুংবিরকপদগী পেন্দমিক অসিগী অহানবা, অনীশুবা অমসুং অহুমশুবা ৱেভকী চৈনা চৈথেং হকথেংনখ্রে। হৌজিক মরিশুবা ৱেভ অমুক মায়োক্লবা হৌরক্লে। অদুবু লায়নাসিনা লৈবাকসি য়ৌশিল্লকপগা পন্থদনা পুথোকখিবমক নৎত্রবসু কোভিদ ভেক্সিনশিং পুথোক্লে। চুম্না খক্কী হীদাকসি কাপথোকপা খক নত্তনা 'টিকা উটসব' হায়দুনা ফাওবা মমিং থোন্দুনা অখন্নবা থৌরাং অমা ওইনা ফাওবা পায়খৎলক্তুনা কোভিদ ভেক্সিনেসনগী থবকশিং পাঙথোক্লি। লেপ্তুনা পাঙথোরকপনা হৌজিক লৈবাকসিদা কাপথোকখিবা কোভিদ ভেক্সিনগী দোজ ক্রোর ২০০ হেল্লক্লে। হীদাক কাপথোকপগী থবকসি তৌরগা মসিমক্লা লৈবাকসিগী নুপী অঙাং য়াওনা মীওই পূম্নমক কোভিদ-১৯না নাহল্লরোই অমসুং পোজিটিভ ওইহল্লক্লরোই হায়বা নত্তে। লায়নাসিবু পুংমুৎ মূথৎপা ঙম্বা হীদাকসু নত্তে। অদুবু হৌজিক ফাওবগীদি ভেক্সিন অসিনা লায়নাসিদগী খরদং ওইরবসু ঙাকথোকপা, শাফহঞ্জবা ঙম্মী হায়বনি। হীদাকসিগী অহানবা দোজ অমসুং অনীশুবা দোজ কাপথোক্লবা ফাওবদা পোজিটিভ ওইরকপগী থৌদোক্তি অদুম মায়োক্লবা য়াওই। কোভিদ ভেক্সিনগী দোজ শুনা কাপথোক্লবা মতুংদা পোজিটিভ ওইরকপদগী শিবসু য়াওই। অদুবু হীদাকসিনা লায়নাসিদগী মীওইবগী থৱায় কলহৌবা ঙমদবা তাঞ্জা য়াওরক্লবসু কনাগুম্বা মীওই অমা পোজিটিভ ওইবদগী মহাক্কী মশাদা থোকহল্লক্কদবা 'কো-মোর্বিদ'তগীদি কলহৌবা ঙম্মী হায়বনি। ৱাফমসিমদি পুমশেং শেংলবা ৱাফমনি।

অদুবু পেন্দমিকসিগী মরিশুবা ৱেভ ফাওবা য়ৌশিল্লক্তুনা জুলাই ১৬,২০২২ ফাওবদা এক্টিভ কেসশিংগী মশীং ৪৯২ য়ৌরকখ্রবা ফাওবদা মণিপুর অপূনবগী ওইনা কোভিদ ভেক্সিনগী অহানবা দোজ কাপথোকখিবগী চাং চাদা ৬২.০৬ খক্তমক ওইখ্রি। অদুগা অনীশুবা দোজ শিংনা চাদা ৫৩.৩০ ফাওবদমক কাপথোকখ্রি। মসিবু হৌনবা অমসুং ওইহনফম থোকপা ফীভমলা হায়বগী ৱানি। হীদাক কাপথোকপা খক্তনা হৌজিক ফাওবগীদি লায়নাসিদগী ঙাকথোক্লবগী অমত্তা ঙাইরবা পাম্বে ওইরি হায়রবা ফাওবদা হৌজিক ফাওবদা হীদাক কাপথোকপা য়ারবশিং ১০০দা ১০০ য়ৌনা কাপথোক্তিবা করিগীনো? ৱাহংসিগী পাউখুমদদি মরী লৈনবা লৈঙাক্কী ওফিসলশিংগী অশোনবনি হায়না লৌদবা য়ারোই। হৌজিক মায়োক্লরিবসি মণিপুরগীদি হৌজিক ফাওবগী ওইনা খ্বাইদগী শাথীরবা লাননি। অহুমশুবা ৱেভ ফাওবদা মীওই ২,১২০গী পুন্সি মাঙখ্রবনি। অদুগা হৌজিক জুলাই থা হৌগৎলকপদগী মরিশুবা ৱেভ মায়োক্লরি। হৌরকপদগীনা চহী ৭৫শুরবা থাংমৈবন্দদগী অহল অমগী পুন্সি মাঙখ্রবনি। অদুসু মহাকসু কোভিদ ভেক্সিন কাপথোক্লমদবা ওইরমখি। হেল্থ দিপার্টমেন্টকী জুলাই ১৭, ২০২২গী রিপোর্ট মতুংইন্না মহাক 'কো-মোর্বিদ' না মরম ওইদুনা লৈখিদবনি হায়রকখি। মতাংসিদদি হীদাক কাপথোরক্লিবা লৈঙাক্কী কাঙবুসু, হীদাক কাপথোক্কদবা মীয়ামসু ৱাখল তারি হায়বা য়ারিব্রা? পূন্না মীওই ২,১২১গী থৱায় মাঙদুনা অকনবা লান অমা শোক্লরিবা লাল্লকসিদবু, লান মনুংদবু ছুটি লৌবা চুম্বা? নোংমাইজিংনি হায়দুনা হীদাক কাপ্পবু মমিংতগী ওইনা কাপফম থোকপ্রা হায়বনি। মীয়ামসু অদুমঙাই নুংতিগী দোজ লিশীং ৩/৪ খক্তমক চাংচৎতা কাপ্পম্বদু জুলাই ১৫, ২০২২দা চহী ১৮দগী ৫৯ ফাওবগী মনুংদা লৈবা মীওইশিং লেম্না প্রিকোসন দোজ কাপ্পা হৌদোকপা নুমিৎতদি লোইনা থোক্লরক্তুনা মীওই ১০,৫৫৫ য়ৌনা কাপথোকখি। নোংঙাল্লগা হান্নগী চাংদা অদুম্মক হঞ্জিল্লকখি। মাঙখ্রগা হল্লকউ হায়বা য়াদ্রবা থৱায় কলহৌনবগীদমক হীদাক কাপথোকউ হায়ববু কুম্মৈদৌনা লৌই। লৈঙাক্লা থৌরম্নচিংবা পাঙথোরক্লগনা মপাম হরাওবগী ফীভমদা কাপথোক্কে নৎত্রগনা দায় লৈ লৈতে হায়বদুগী ফীভমদি চুমদে। হীদাক কাপত্রগা শিজরবসু ইরন্নাইনি হায়বা য়ারোই। শিরগা মণিপুরগী ওইনা মাঙজৈ, অতোপ্পদসু শন্দোক্লম্মী। লৈঙাক্কা মীয়ামগা অমুক হন্না খুজেং পাল্লোয়নসি। অশিবা মশীং হেঙ্গৎহল্লগুমসি।

হুইয়েন লানপাউ লিটরেরি ক্যুইজ-৪৬

১) **"কৃষ্ণরা, জেসসলা, আল্লারা/নৎত্রগা সনামহীরা? কনানো অমহেক্তা/ঐবু প্রল্লয়সিদগী অমুক্তা কল্লুনে/কল্লুনে ঐবু প্রল্লয়সিদগী অমুক্তা।"** মণিপুরগী শক্লাইরবা কবি অমগী শৈরেং মতেকনি। কবি অসি কনানো অমদি শৈরেং মতেক অসি মহাক্কী করম্বা লাইরিক্তা য়াওবা করি শৈরেংদগীনো?

২) **"য়াথং"** (১৯৬৭) হায়বা লাইরিক অসি করম্বা মখলগী লাইরিকনো অমসুং মসিগী অইবা কনানো?

৩) মোইরাং নিংথৌগী মচানুপী অমা **"লৈবাককী অৱাবা কোক্লবা তৌখিবী অমদি মপাগী য়াথং লৈবাক তাহনখিদবী পুকচেল চাওবী নুপী অসিগী মরমচৎ উৎনীংবদগী মৈতৈ ময়েক্তগী খ্বাইনা খঙনবা বাঙ্গালা ময়েক্তা শিন্দোক্তুনা ছাপা নম্বা য়ানবা শেমদোকচবনি।"** হায়রিবা লাইরিক অসি করি লাইরিকনো অমসুং কনানা বাঙ্গালা ময়েক্তা শিন্দোকপনো?

৪) শক্লাইরবা কবি ঐচ নন্দ মৈতৈগী শৈরেং ১০৩বু কনানা ইংরাজিদা করি মমিং থোন্দুনা হন্দোকখিবগে?

৫) **"মৈ চঙলবা চেক"** হায়বসি কনানা ইবনো অমসুং করম্বা মখলগী লাইরিকনো?

মথক্তা পীরিবা ৱাহংশিং অসিগী পাউখুম জুলাই ৩০, থাংজ নুমিৎকী অয়ূক পুং ১১ ফাওবগী মনুংদা পাউচে অসিগী ওফিসতা নৎত্রগা ঈ-মেল **hueiyenliteraryquiz@gmail.com** সিদা মেল ওইনা থাবীরকপা য়াগনি। পাউখুম পীবিরকপা/থাবীরকপা মতমদা মিং, লৈফম, মহৈগী থাক অমসুং কন্টেক্ট নম্বর ময়েক শেংনা ইবিরকউ। ৱাহং খুদিংমক্কী পাউখুম চুম্না নৎত্রগা মশীং য়াম্না চুম্না পীবিরকপা মীওইশিং অদুদগী দ্রো ওৎচরগা লাইবক ফবা মীশক অমা খনজগনি। লোয়ননা খল্লবা মীশক অদুদা মনা পীজগনি।

মেগ্নেটিক ফিল্ড শীজিন্নদুনা মেদিকেল ৱেষ্টশিংবু কান্নরবা পোৎশিংদা ওন্থোকপা

সাইন্সকী খোঙচৎ

কুঞ্জো নাওরেম

কোভিদ-১৯ মনুংদা মাস্ক অমসুং সিরিঞ্জশিংগী অরেম-অখাক

খঙহৌদনা শন্দোরকখিবা কোরোনাভাইরস ২০১৯ (কোভিদ-১৯) গী লাইচৎ অসিনা মালেমদা অঙকপা ফংনা অৱাবা পীরকখি। অদুনা কোরোনাভাইরসনা শন্দোরকপা অমসুং ইনফেক্ট তৌবগী চাং হন্থহন্নবগীদমক হীদাক-লাংথক অমসুং মেদিকেলগী পোৎলমশিং পীবগী চাং হেনগৎহল্লকখি। অনাবা মীগী মশীংনা হেনগৎলকপা অদুগা ভেক্সিন কাপ্পগী কেম্প্যোননা কনখৎলকপগা ইরোয়ননা সিঙ্গল য়ুজ মেদিকেল (এস য়ু এম) প্রদক্টশিং (মাস্ক, দিস্পোজেবল সিরিঞ্জ, পি পি ঈনচিংবা) গী দিমান্দসু মিলিয়ন টনশিংদা হেনগৎলকখি। অসিগুম্বা মেদিকেল ৱেষ্টশিং অসিবু মতম চানা খোমজিন-তাশিনহৌদ্রবদি মীওইবা অমসুং ইকোসিষ্টমদা চাউনা শিংনবা অমা ওইরকই। এস য়ু এম প্রদক্টশিংসি মরু ওইনা পোলিওলেফিন প্লাষ্টিকশিং (খুদম ওইনা পোলিএথিলিন (পি ঈ), পোলিপ্রোপিলিন (পি পি) অমসুং পোলিষ্টাইরিন (পি এস) অমসুং ধাতুশিং (খুদম ওইনা ৩০৪ ষ্টেইনলেস ষ্টিল) না শাবনি। অসিগুম্বা মেদিকেল ৱেষ্টশিংসি কান্নবা পোৎশিংদা ওন্থোক্লবগী পাম্বে খরা হৌখিবা চহী খরসিদা পুথোক্লরকখ্রে। অদুবু সমস্যা অহুমদি অদুমক থোরক্লি ঃ ১) কার্বন দাইওক্সাইদকী চাং য়াম্না থাদোরকপা, ২) এয়র-ফ্যুল রেসিওদা মতিক চাদবদগী হু চেনবা গ্যাস য়াম্না থাদোরকপা অমসুং ৩) মৈশাখক্তনা থবকশিংসি পাঙথোকহনবা ঙম্বা।

Xifeng Zhu

অসিগুম্বা খুদোংচাদবশিংসি থোকহন্দবা, মেদিকেল ৱেষ্টশিংবু কান্নবা পোৎশিংদা ওন্থোকহনবা ঙম্বা অনৌবা পাম্বে অমা য়ুনিভর্সিটি ওফ সাইন্স এন্দ টেক্নোলোজি ওফ চাইনাগী থিজিন লূপ অমনা পুথোকপা ঙম্লে হায়রি। থিজিন-চেরোল অদু 'সেল রিপোর্টস ফিজিকল সাইন্স'' তা ফোঙদোরকখিবনি। মখোয়গী পাম্বে অসিদা অল্টর্নেটিং মেগ্নেটিক ফিল্ড শীজিন্নদুনা প্লাষ্টিক সিরিঞ্জগুম্বা মেদিকেল ৱেষ্টশিংবু হায়দ্রোজেন মরাং কায়না য়াওরবা গ্যাসশিং অমসুং মগুন লৈরবা গ্রাফাইটতা ওন্থোকই। মখোয়গী কটালিটিক টেক্লিক অসি অতৈ অতোপ্পা পাম্বেশিংদগী হেন্না ইনভাইরনমেন্ট ফ্রেন্দলি ওইবগা লোয়ননা এনর্জি শীজিন্নবগী চাংসু হন্থে হায়রি। পাম্বে অসিনা মাস্ক অমসুং পি পি ঈগুম্বা প্রোটেক্টিভ ক্লোথিংশিংবুসু কান্নবা মওংদা মাঙহনখিবা য়াগনি হায়রি।

ৱর্ল্ড হেল্থ ওর্গনাইজেসন (দব্লিয়ু ঐচ ও) গী মতুংইন্না মার্চ ২০২০ অমসুং নবেম্বর ২০২১গী মরক্তা য়ুনাইটেদ নেসন্সনা মাস্ক অমসুং ফিরোলনচিংবা পর্সনেল প্রোটেক্টিভ ইক্বিপমেন্ট (পি পি ঈ) টন ৮৭,০০০ লোম মালেমগী লৈবাকশিংদা পীখি হায়। মসিদি চাওগ্রবা আইসবর্গ অমগী মচেৎ খরখক্তং ঈশিং ঈমাইগী মথক্তা উবা অদুগুম্বনি, মরমদি মসিদা পল্লিবসিদি য়ু এন ইনিসিএটিভকী মখাদা মালেমগী লৈবাকশিংনা লৈখিবা অদুখক্তনি, ইনিসিএটিভ অসিগী ৱাংমদা লৈখিবশিং অদুদি পন্দ্রবনি। টেষ্ট কিট মিলিয়ন ১৪০দগী হেন্না লৈনখিবা অমসুং ভেক্সিন দোজ বিলিয়ন নিপালদগী হেন্না কাপখিবদুনা সিরিঞ্জ নীদল অমসুং শার্প বিনশিংগুম্বা অরেম-অখাকশিংগী টন ১,৪৪,০০০ মালেমদা থমহৌখি।

পি পি ঈ ফংহৌনবা অমসুং ভেক্সিন কাপথোক্লবগীদমক চেল্লি-লাংলিঙৈদা অসিগুম্বা অরেম-অখাকশিংসিবু মফম চানা লোইশিনহনখিবা হায়বসিদা মীৎয়েং ইচং চঙবা ঙম্লখিদে। দব্লিয়ু ঐচ ওনা ইকুই কুইদ্রিঙৈগী মমাঙদা ফোঙদোরকখিবা পাউদম অমগী মতুংইন্না অসিগুম্বা প্লাষ্টিক অমসুং বাইওহজার্দস মেদিকেল ৱেষ্টশিংনা মীওইবগী হকশেল অমসুং অকোয়বগী ফীভমদা চাউনা শীংনরক্লি হায়না হায়খি। প্লাষ্টিক্কী অরেম অখাকশিংবু লোইশিনবগী থবকসি মপূং ওইনা মৈ থারগা মাঙহনবসিনি। মসি ইচম চন্মী অমসুং থুনা পাঙথোকপদি য়াই হায়ববু মসিদগী কার্বন দাইওক্সাইদ অমসুং হু চেনবা গ্যাসশিংগী মপৈ-মপৈ থাদোরকই; মসিদগী ফংবা কান্নবা হায়ববু মৈশাদুখক্তনি।

থিজিন লূপ অসিনা হান্নবা মেদিকেল ৱেষ্টশিংবু মাঙহন্নবগী পাম্বে অমা পুথোকখি। পাম্বে অসিদা তাঙ্কক অনীগী টেক্লিক শীজিন্নৈ। অহানবদা, প্লাষ্টিকশিংদুবু য়াম্না ৱাংবা টেম্পরেচরদা পাইরোলিসিস তৌই অদুগা অনীশুবদনা, কটালিটিক ক্রেকিং তৌরগা হায়দ্রোজেন, ইথানোল অমসুং মিথেনগুম্বা হায়দ্রোজেন য়াম্না য়াওবা গ্যাসশিং পুথোকই। অদুবু পাম্বেসি শীজিন্নবদা এনর্জি অদুক্কী মতিক য়াম্না চঙখি হায়না লূপ অসিগী Xifeng Zhu না ফোঙদোক্লি।

হায়দ্রোজেন মরাং কায়না য়াওরবা গ্যাসশিং পুথোকপদা থেংনরিবা খুদোংচাদবা অসিদগী কোকহন্নবগীদমক, Zhu না মেগ্নেটিক হায়পরথর্মিয়াদা মায় ওনশিল্লকখি। মেগ্নেটিক হায়পরথর্মিয়া হায়বসিনা হায়-ফ্রিক্বেন্সি অল্টর্নেটিং মেগ্নেটিক ফিল্ড অমদা মেগ্নেটিক নানোপার্টিকলশিংবু কাপশিল্লগা মৈশা য়াম্না থোকহল্লি। হৌজিক ফাওবগী ওইনদি, টেক্লিক অসি মরু ওইনা কেন্সর সেলশিংদা মৈশা পীশিন্দুনা মাঙহনখিবগী থবক্তা শীজিন্নরি।

থিজিন লূপ অসিনা দিস্পোজেবল সিরিঞ্জগী নীদল তরাবু কোনশিল্লগা শমজিন্নহন্দুনা চেইন মানবা লূপ (loop) অমা শেম্লগা মেগ্নেটিক ফিল্ড অমদা পাউখুম পীবা ঙম্বা কটালিষ্ট অমা শেম্লম্মী। মসিদগীদি থিজিন লূপ অসিনা মপূং ওইনা পোলিপ্রোপিলিন্না শাবা, দিস্পোজেবল সিরিঞ্জশিংবু তকখায়রগা বাইও-ওইলগী য়াম্লবা শরুক অমগা লোয়ননা হাপচিল্লম্মী। অসুম্না য়ানশিন্নরবা পোৎসিদা হায়-ফ্রিক্বেন্সি অল্টর্নেটিং মেগ্নেটিক ফিল্ডনা য়ৈহনবা মতমদা চোন মওং মাল্লবা নীদলশিংদু শাগৎলকই। মৈশাসিনা বাইও-ওইলদুবু শাহল্লি, অদুগা মসিনা অমুক সিষ্টমদুগী লেমহৌরিবা শরুকশিংদু শাহল্লকই। শাবগী চাং হেনগৎলকপগা লোয়ননা বাইও-ওইল অমসুং প্লাষ্টিক সিরিঞ্জশিংদু কায়থরক্তুনা হায়দ্রোজেন, মিথেন অমসুং অতোপ্পা গ্যাসশিং থাদোরকই। আইরন কার্বাইদসু হায়-রেদিও-ফ্রিক্বেন্সি-ইলেক্ট্রোমেগ্নেটিক ৱেভ চুপশিনবা ঙম্বা কার্বনগা লোয়ননা শেম্লকই অদুগা চোন-মওং মানবা নীদলদুগী লৈমায়দা নপশিল্লকই। অসুম্না নপশিল্লক্লিবা গ্রাফাইট অসিনা সিষ্টম পূম্নমকপু অমুক্কা হেন্না শাগৎহন্দুনা শাবগী চাংসি সেলসিয়স দিগ্রী ১২০০ ফাওবা য়ৌরকই।

থোক্লিবা রিএক্সন অসিদা তকখায়রবা প্লাষ্টিক সিরিঞ্জশিংদু হেন্না হেন্না হাপচিনবা মতমদা, গ্রাফাইট শেম্বা অমসুং হায়দ্রোজেন থাদোরকপগী চাং হেনগৎলক্লম্মী। থিজিন-লূপ অসিনা ফোঙদোকপগী মতুংইন্না, সিরিঞ্জশিংদুদা য়াওরম্বা হায়দ্রোজেনগী ৭৫%দগী হেন্না অদুগা কার্বনগী ৬৮% মুক মথংশিংনা হায়দ্রোজেন গ্যাস অমসুং গ্রাফাইটতা ওন্থোকপা ঙম্মী হায়রি।

থৌওংসিদা তকখায়রবা সিরিঞ্জশিংবু হাপচিনবগী থবকসি তরারক পাঙথোক্লবা মতুংদা কার্বনশিংগী মরোল য়াম্না শেম্লকপদু ইলেক্ট্রোন মাইক্রোস্কোপিগী মতেংনা খঙবা ঙমখি। চেইন মওং মাল্লবা নীদলশিংদা নপশিল্লক্লিবা গ্রাফাইটশিংগী মরোলদু তরেৎনি অদুগা লাট্রিস ষ্ট্রকচর অমগা লোয়নরকই হায়বসু খঙবা ঙম্লক্লম্মী। অসুম্না, মেদিকেল ৱেষ্টশিংবু তাঙ্কক অমখক্তদা হায়দ্রোজেন অমসুং কান্নরবা গ্রাফাইটতা ওন্থোকপা হায়বসিনা হান্না থেংনরকখিবা খুদোংচাদবশিংদু কোকহনবা ঙম্লে হায়না লূপ অসিনা ফোঙদোক্লি। হায়-ফ্রিক্বেন্সি অল্টর্নেটিং মেগ্নেটিক ফিল্ড শীজিন্নবসিনা অতোপ্পা পাম্বেশিংদা শীজিন্নরিবা এনর্জিশিংদগী য়াম্না হন্থহনবা ঙম্লে হায়বগী ৱাফমসু সেল রিপোর্টস ফিজিকল সাইন্সকী পাউদম অদুদা পল্লি। মসিনা ইন্দষ্ট্রিগী থাক্তা পাঙথোকপা ঙম্লকপা মতম অদুদদি মেদিকেল ৱেষ্টশিংবু কান্নবা মওংদা মাঙহনখিবা ঙম্লগনি। ●

সিরিঞ্জশিংবু অল্টর্নেটিং মেগ্নেটিক ফিল্ডগী মতেংনা কান্নরবা পোৎশিংদা ওন্থোকপগী মওং

— এদিটরদা থারকপা চিঠি —

মিংনা মশক অফ-ফত্ত তাক্কদবনি

ইকায়খুম্নজরিবা এদিটর,

লাইনীংবা অহলনা হায়বনি। মশীং থিঙমদবা তাইবঙ পানবা অসিদা লৈরিবা থৱায়না শাদোংবা অহিংবা খুদিংদা ৱাখল খনবা ঙম্বগী মতিক ময়াই মীওইবা খক্তদা শেম্বীবা মপু মহাক্লা পীবিরমই। অদুমক্তনবু হায়রম্বা য়াই মদুদি মীওইবা হায়বা অহিংবা লাইমক্কা পাংখক্লি। থৱায় হাপ্পা পুথোকপখক নত্তনা মীওইবনা ঙমদবা করিবু লৈবগে? মালেম পূম্বা য়ানরবা ৱাফম অসিদা য়ূম্ফম ওইরগা মী অমগী মশক তাকপা হায়বসি মী অদুগী মিং/মমিং অদুনা তাক্কনি/তাক্কদবনি। অদুগা মী অদুগী মিং অদুনা কাঙলূপ ফুরুপ্পসু খঙনগদবনি। পাবিরিবশিংনা পানা পানা ফোঙদোকচরিবা অসিদা ৱায়েৎ শোয়দনা পীনীংগনি খঙবনা তঙাইফদনা ইজরিবা খজিক শন্দোক্লা ইজদবদি ময়াদ্রে। হন্দক্কী ফুরুপ অমসুং লৈবাকপু মশক খঙনগদৌরিবা মালেম অসিদা লৈরিবা মীওইবা কৌবা খুদিংগা মরী লৈনবনা মিংগী মতাং লাইনীংগা মরী লৈনরগসু, মরী লৈনদে অহানবমক্তদা শেংদোকচরি। হায়জনীংবা ৱাফম অমনা হেক খঙবা ঙম্লগদি থোইদোক্লা লুদবা, ঙমদ্রবদি ৱায়েৎকী মাইকৈরোমদা হুমদুনা পুখিগনি। লুরিবদি মসিনি। মালেমগী মীশিং থিঙমদনা লৈরিবা মীওইশিংগী মরক্তগী শেম্বা কাঙলূপ ফুরুপ মদুনা অমুক লৈবাক পুথোকরকপা পূম্নমক্লা খঙনরবা মপূং ফানা য়ানরবা অমনি। অদুনা লৈবাক কাঙলূপ ফুরুপ মশক তাক্লক্কদৌরিবা অসি তাইবঙ মীওইবগী হৌরকফম ফুরুপকা মরী লৈনবা মিং অসিদগী পূম্নমক হৌরক্কদৌরিবনি। খুদম ওইনা শা-ষণদা হায়রগনা য়ূমশা লমশা খুদিংমক শাদি শানি। মমিংদি হৌদোং, হুই, কৈনি। মসিনা শাগী ৱাফমনি। অদুনা মিং হায়বসি মীওইবগী মতাংদা ৱাহম্বোক য়াম্না লৈবা অহকপা অমনি। মরমদি ঐ ঐখোয় ইশামক মী অমা ওইনা মালেমদা মশক তাকপা হায়বসি মিংনা লেপকদৌরিবনি।

মথক্কী তেন্তক্লা নৈনজরিবা অসিদগী ৱাখল লৌশিং তামিন্নগদবদি মীওইবা ওইনা হিংবা হিংলম্বগী ৱাহম্বোক ইশাগী মিংনি। মসি হায়জরিবগী মরমদি মী অমগী অফবা অমসুং ফত্তবা হায়বসি কৌরিবা থোক্লিবা মিং অদুনা লেপকদবনি। ফনিংলে অফবা ওইরগে হায়বসু য়াদবা ফররোইগে হায়বসু য়াদবা অমা লৈরি। ৱাফম অসিনা তুংওইনরম্লগা মরম চানা ফুরুপকা মরী লৈনবা মিং থোনবা, কৌবনা মীওইবগী থম্মোয়দা কা হেন্না মীনুংশি ফাওনবগী ইথিল ফংই। অপূনবগী পাঙ্গল শাগৎপা কাঙলূপ ফুরুপ লৈবাকপু নুংশিবগী থম্মোয়দা ফাওরিবা লৈরিবা অদু মালেমগী মীয়ামদা মশক তাকপা ঙমই। শম্না ঙসি মালেমদা মীওইবনা হাইনা হুম্না পাল্লিবসি কৌনরিবা মিং অদুনা ওইথোকহল্লিবনি। মীওইবনা মিং কৌনরমদ্রবা শা-ষণগুম্না হিংলম্লগদবনি হায়বদা চিংননিংঙাই ওইদ্রে। ৱাফম অসি হান্ননা খঙলবা, অখঙবনা তূমিন্না লৈগনি, পানগনি। খঙদবনা ৱা ৱা লাওগনি অসুম্না অহল-লমন্না তাকপীরমই।

মখা তানা মথক্কী ৱাফম নৈনজরিবা কূপ্পা নৈনরুরগদি ঙসি ঐখোয় মণিপুরী মীতৈ হায়দুনা লৈরিবা লৈবাক অসিগী মীয়াম অসিগুম্বা ৱাফম অমা লৈবোইরে হায়বসি ঐখোয় খঙদবগী য়াম্না চাওবা মমি অমা তাই। ৱাফম অসি চুমগদবগী মরমদি ঐখোয় মশেল নুংশিনদবগী অপূনবগী পাঙ্গল অমা ঙসি ফাওবা শাগৎপা ঙমদ্রিবা অসিনা ময়েক লারবা খুদমনি। মসি ঙসি ঐখোয়না কৌনরিবা/থোন্নরিবা মিং অসিনা ঙম্লমক থোকহনবনি। মিং থোনবগী অশোয়বা অরানবা কয়াশিং ঐখোয় মশেলদা ৱাখল লৌশিং তামিন্নদ্রিবা ফাওবদি নুংশিন্নবা পুরকপা ওইথোক্লোই। নুংশিন্নদনা অপূনবগী ৱাখল্লোন শাগৎনবা হোৎনবা অহোয়নদুম হেন্না মচেৎ তারক্কনি। চাওখৎপা শেন্মীৎলোন্দা অঙকপা ফংনা চৈথেং পীরক্কনি। ঐ ঐখোয় ইশাগী মিং করি কৌগনি, থোনগনি ৱাখল তাদবা ঐখোয়দি মালেম অসিদা ঐখোয়গীনি হায়বা ফিদা ফংবা ওইথোক্লোই। মালেম অসিদা চাওখৎ খোঙথাংদা শরুক য়ানবা ফিদা অমত্তং ফংনবা ঐখোয় ইশাগী মিং করি কৌসিগে, থোনসিগে হায়বগী মতাংদা অমনা অমদা হায়নরুবা, তাক্লুদনা অমুক্তং খন্থমিন্নসি। মালেম ইমানা য়াইফরে! পোক্লফম ইমা লৈবাক্লা মহেল্লি।

অদোমগী - অহন্থেম ইরাবোৎ মীতৈ
খুরাই থোইদিংজম লৈকায়

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