থম্মোয় পাউদম হুইয়েন ইন্দু

ইপা-ইপু নীংশিংবা লাংবন-থা

হৌজিক লাংবন থাগী অনীশুবা থাখায়নি। লাংবন থা- ঐখোয়না পিশক ওইরিঙৈদগী মওং (শকওং) অনীদা নীংশিংহল্লকই। অমনা অশৈবশিংগী শৈথারোলদগী। লাংবন থাগী য়াল্লবা নুংশা, কুম খুদিং মায়োল্লখি। কুমশিসু হৌজিক মায়োক্লরি। অশৈবা জয়ন্তকুমারনা পালেম ইমাগী অখাঙ কনবা মতৌবু শৈথাবদা হায়রম্মী... লাংবনগী নুংশাগী মৈরীনুংদা, হাঙলবা খুয়ান উফুল'লক্তা, পারী নমদা পোদুনা ইমা, চিথেক পনসি য়ৌরকপা ৱারবোই...'। শুরগা চাবা শিন্নীশিংগীদমক্তি লাংবন-থা তশেংনমক শিংনবনা থল্লবা থা অমনি। অনীশুবদা, হিন্দু লাইনিং লৌরুবদগী পূক্লিংসিদা থাখিবা থাজবগী মরু হুনখিবা, লৈখিদ্রবা ইপা-ইপুশিংগী থৱায় মিরেলগী অরাম-খৌরাং কোক্লবা হৈকৎ-লৈকৎ তম্বগী চৎনবী- লাংবনগী তর্পন-উৎসব! থাজবা অসিনা খলহল্লকখি- হান্না খল্লমদবা ৱাখল অমা, লমদমসিগী থাজগনবা মীয়ামসিগী কোক'তুদা... মচীঞ্জাক থিরকপা লম-খুনু' কয়ানা, ইংখোলদা হৌবা উগী উশাদা নৎত্রগা পোলাংখোক্তা তোংদুনা 'কুক্রুকু কু' খোংলকপা, লৈখিদ্রবা ইপা-ইপুগী থৱায়শিং অদুনা উচেক ওন্দুনা ইশাইকোন্দা লাকপনি...।

থম্মোয়দা চুখ্রবা মচুবু লায়না কোকপা হৌনব্রা? কুইর কুইরগা ময়েক লাবা হেল্লকই। হিন্দু লাইনিং-লাইশোনসু মণিপুরগী লৈহাওদৈ পুমতোপ তোপ্পা থোকপগুম তর্পন কৎপৈ মওংসু পুমতোপ তোঙানহল্লকই। থৌরম অসি হিন্দু লাইনিং লৌরুবা মৈতে খুন্নাই অসিদা পাক্লা শন্না পাঙথোক্লবা ওইবনা ৱাগী ৱাখুন করিনো খঙমিন্নবদি ফবরা? ৱাখলসিনা মাঙওইনরগনি পাউদম অসি ইগে খঞ্জরুরিবা। লাইনিং লম্বী অমত্তগা মরী লৈনবা ৱাখলদা ইজরুবা নত্তে। 'সিমত্তং ৱামাঙ য়ানজগে। লাংবন থাগী থানিলদগী হৌরগা, থাশি নুমীৎতা লোইশিনবা, নুমীৎ তরাতরুক চুপ্পা পাঙথোকপা কুম্ভে অসি ইন্দিয়াগী মফম পুন্নমক্তা 'পিতৃ পক্ষ' হায়না খঙনৈ। লৈখিদ্রবা ইপা-ইপুশিংগী মফমদা অচা-অথক কৎতুনা নীংশিংজবনি, ঈৱাৎ থৌনি পাঙথোকপনি। নুমীৎ তরাতরুক্কি চুপ্পা পাঙথোকই হায়বৈদমক থৌরম অসিবু 'সোহর-শ্রাদ্ধ' (শোরাৎ তরাতরুক) হায়নসু খঙনৈ। অশিবশিংগীদমক পাঙথোকপা থৌরম ওইবনা কনাগুম্বনদি মসিবু 'নুংঙাই-য়াইফ থৌরম'নি হায়না লৌনদে। হায়রিবা মতম অসিদা নুমীৎনা অৱাংথংবা অতিয়াগী ঙমখৈ য়ৌনা চৎলুরগা খা থংবা অতিয়ারোমদা কুমথরকপা মতম ওইবনা খ্বাইদগী ওমচাক্লবা থাখায় ওইবনি। থাখায়সিগী মতুংদা নুমীৎনা খারোমদা কুমখ্রবনা মালেমগী অৱাংলোমদা ঈংলগা খারোমদা শাবা হৌরগনি। হিন্দুশিংগী থাজবা মতুংইন্না, ঐ (ঐখোয়) গী লৈখিদ্রবা ইপা-ইপু-ইপুধৌ (মমাঙগী মপোক অহুম) গী থৱায় মিরেল অদু লাইরৈবাক অমদি মালেম অনীগী লংদাইদা পাইদুনা লৈ। মদুবু মীতৈশিংনা মীরান-লম্বা হায়না মিংগৌনৈ। অশিবগী নিংথৌ (যমরাজ) না লমদম (পিতৃ লোক) সিবু ঙাক শেল্লি। লৈখিদ্রবা থৱায়দুগী মখা তাহৌবা মপোক অহুম অদুনা মাগী চাকথা (তর্পন) কৎলক্ত্রবদি অশিবগী মপুনা মিরান লম্বা অদুবু তাইবং মপুগী লৈকোলদুদা পুশিন্দে। অসিমসু থাজনৈ- তর্পন হৌবা নুমীৎতা কোরৌহনবা মহাক্লা তুলা রাশি (লিব্রা) গী মফম-নুংদা চঙলকই, অদুগা, নুমীৎ তরাতরুক্কিগী মতুংদা মথংগী য়ুম (বৃশ্চিক/স্কোপিত্ত) গী য়ুম্ফমদা চঙখিনি। মতমসিগী মনুংদা ইপা-ইপুশিংগী থৱায় মিরেল 'পিতৃ-লোক' (যমরাজগী মশাইকোন) দুদা লৈবা ঙমদদুনা মচা মশুশিংগী মনাক্তা, মরানয়াইদা কুমথরক্তুনা কোইপাই পাইদুনা লৈ। নুমীৎ তরাতরুক্কি চুপ্পা কৎপা অচা অথক অদু মনাক নকপদা লৈরম্বা শা-উচেক অমগী থৱায়দুদা চঙলগা চাদুনা অরাম খৌরাং কোক্লগনি। থাজবসিনা মরম ওইরগনি, মচা মশু ওইবশিংনা 'তর্পন-উৎসব' নুমীৎ তরাতরুক্কি কৎলিবা। মতাংসিদা মৈতৈ-হিন্দু কাঙবুনা খোঙকাপ অমা কানশিল্লি। উচেক-ৱায়া, ষন-ইরোইনা ফংখিগদবা চাকথা অদু নত্তবা, লৈখিদ্রবা ইপা-ইপুশিংদুবু নীংশিংদুনা লৈকায়গী অহল-লমন, মরী-মতা, মরূপ-মপাংশিংগা লোয়ননা- মখল মথেলগী য়েনশাংনা থেল্লবা মথেল-লুকোয় চামিন্নৈ। ময়াম্না মপুক পেনবদু, ইপা-ইপুগী অপেনবনি।

তর্পন উৎসব লাকপা খুদিং নীংশিংবা 'মহাভারত'কী ৱারী মতেক অমা লৈ। ৱারীনি খন্না তবীয়ু, ধর্ম্মগী ৱাখল থাদোকপীয়ু। কখোকপগী হালেংবা লৈত্রবা, দানবীর মিংথোল ফংলবা 'কর্ন', তাইবং-কুম্মৈ লোইরদুনা লাইরৈবাক্তা লাক্লবদা লাইরৈবাক্কী থৌগল্লোয়শিংনা সনা-লুপা-মনি-মুক্তানা থল্লবা, মথেল লুকোয় পুথোক্তুনা 'কর্ন'গী মাঙদা চাননবা পুথোল্লকখি। চঙক্লরবা কর্ন'না, লাইরৈবাক্কী নিংথৌরেল 'ইন্দ্রদেব'দা হঙ্গৎখি, 'পুন্নমক্তনা চাননবা পীরগা, ঐগী ইফমদনা চীঞ্জাক্কী মহুৎ সনা লুপা করিগী?' 'তাইবং মালেম অদুদা থৱায় পানবা ওইনা হিংলিঙৈদা নহাক্লা, লৈখিদ্রবা নপা-নপু পুরেনগী মফমদা চাক চরা অমত্তসু তর্পন ওইনা কৎখিদে... চাক্লি-ফিনি লাকপদা সনা-লুপাখক্তনি নঙনা খুদোল তৌখিবা, ইন্দ্রদেবনা পাউখুমখি। করেম্না' মীনোক অমগা খুন্নকখি কর্ননা, 'পুন্সিগী অরোয়বা মীকুপফাওবা ইমা-ইপা কনানো শকখঙনবা হোৎনবনা পুন্সি শিন্থা ওইরকখিবা ঐহাক্লা কনাবু ইপা-ইপুনি খন্দুনা করম্না চাক্লোন কৎকনি?' পাউখুম লৈত্রবা লাইরৈবাক্কী নিংথৌরেল, কর্নবু লাইরৈবাক্তা থম্বা য়ানবা, মালেমদা অমুক হন্না থারক্তুনা, মপা-মপু শকখঙদবনা হিংলিঙৈ কৎপা ঙমহৌদ্রবা তর্পন, নুমীৎ তরাতরুক্কি চুপ্পা কৎনবা তাঞ্জা পীখিবা থৌদৌদুবু নীংশিংদুনা 'তর্পন উৎসব' পাঙথোকপনি। 'সিনা ৱারী অমনি। অমবু ওইরে, অমবু ওইরে মপা খঙবা 'পাখংবগী চাদা নাউদা, মীতৈদগী হেন্না মপা-মপু নুংশিবা, অতৈ কনাবু লৈরমগদগে?

লৌশিং পুক্কে

ফাষ্টিং তৌবনা মেটাবোলিজম ফগৎহনবগা লোয়ননা অহল ওইশিলহন্দবদা মতেং পাংই

চয়োল অমগী মনুংদা অমুরক্তং ওইরবসু চারা হেনবনা নৎত্রগনা ফাষ্টিং তৌবনা হকচাং ফহল্লি অমদি পুন্সি শাংহল্লি হায়বা ৱাফম অসি লমদম অসিদা ঙল্লিঙৈ মতমদগী হৌনা থাজনদুনা লাক্লবা ৱাফম্নি। ৱাফম অসিগী মতাংদা চপ চাবা সাইন্টিফিক প্রুফ লৈতবনা কয়ামুক য়াম্না চুম্বনো হায়বদুদি মীওই কয়াগী মফমদা ৱাহং ওইদুনা লাক্লি।

ফাষ্টিং তৌবনা মীওইবগী হকচাংদা পীরিবা কান্নবা অমসুং মাঙজবগী মতাংদা খঙদোক্লবগীদমক নৌনা থিজিনখিবা অমদা নোংম-ফাদোক চারা হেনবনা হকচাংগী মেটাবোলিজম ফগৎহনবখক্তং নত্তনা ঐখোয়গী হকচাংবু অহল ওইশিলহন্দবদা ফাওবা মতেং পাংই হায়বা খঙলকখ্রে। নোংমফাদোক চারা হেনবনা মীওই খরদা অরূম্বা হন্থহল্লি হায়বদি ষ্টদি কয়াদগী খঙবা ঙমখ্রে। চারা হেনবনা হকচাংগী অরূম্বা হন্থহনবদা কয়ামুক য়াম্না মতেং পাংবগে হায়বদুগী মতাংদদি রিছার্সরশিংগী মরক্তা য়েংনবা খরা লৈরগশু অনৌবা রিছার্সতগী অতোপ্পা কান্নবশিং খঙবা ঙম্লে। খুদম ওইনা উচিদা চাংয়েং তৌদুনা য়েংবদা চারা হেনবনা উচি অদুগী মপুন্সি শাংহনবা ঙল্লম্মী। অদুবু মীওইবদদি হৌজিকফাওবগী ওইনদি মসিগী চপ চাবা ইভিদেন্স পুথোকপদি ঙমদ্রি।

সাইন্টিফিক রিপোর্টস হায়বা জর্নেল অমদা ফোঙখিবা খ্বাইদগী নৌবা ষ্টদিগী রিপোর্ট অমদা নোংম-ফাদোক চারা হেনবনা মীওইবদা করি থোকহনবগে হায়বসি অনৌবা মওং অমদা য়েংবগা লোয়ননা অনৌবা ৱাখল্লোন কয়ামরুম ফোঙদোক্লি। ষ্টদি অদুগী অইবা ডা. টাকায়ুকি টেরুয়ানা হায়খিবদা, এজিং (অহল ওইশিল্লকপা) ষ্টদিশিংনা উৎলি মদুদি চীঞ্জাক্তা কেলোরিগী চাং হন্থহনবা অমদি নোংম-ফাদোক চারা হেনবনা মোদেল এনিমেলশিংদা পুন্সি শাংহনবদা মতেং পাংই অদুবু মসিগী অকূপ্পা মেকানিজম অদুদি হৌজিকফাওবা খঙবা ঙমদ্রি হায়খি।

ফাষ্টিং তৌবনা হকচাংগী মেটাবোলিজমদা করি থোকহনবগে হায়বদু জাপানগী ওকিনাৱা ইনষ্টিট্যুট ওফ সাইন্স এন্দ টেক্নোলোজি গ্রেজ্যুয়েট য়ুনিভর্সিটিগী সাইন্টিষ্টশিংনা কূপ্পা নৈনখি। মরী লৈনবা মেটাবোলিজম প্রোসেস অদু ফজনা খঙলবা মতুংদা মতম কুইনা চারা হেন্দ্রগসু চারা হেনবগী কান্নবশিং অদু ফংনবগী লম্বীশিং ফংলক্কনি হায়না টিম অদুনা থাজবা থল্লি।

মখোয়না ভলন্টিয়র ৪ বু পুঙ ৫৮ করিমতা চাহন্দনা থল্লম্মী। করিমতা চাহন্দনা থল্লিঙৈ মতম অদুদা রিছার্সরশিং অদুনা মেটাবোলোমিক্সকী থৌওং শীজিন্নদুনা ভলন্টিয়রশিং অদুগী ঈগী শেম্পলশিং তাঙ্কক কয়া থোক্লা কূপ্পা য়েংখি।

মীওইবগী হকচাংদা অরাম খৌরাংবা পোল্লকপা মতমদা তোপ-তোপ্পা মখলগী মেটাবোলিক চেঞ্জেস কয়া লাকই। হকচাংদা কার্বোহাইদ্রেট মরাং কায়না য়াওদুনা লৈরিঙৈদদি মদু হকচাংগী ফ্যুল ওইনা শীজিন্নৈ। অদুবু কার্বোহাইদ্রেটশিং অদু লোইথোকখ্রবা মতমদদি অতোপ্পা মফমশিংদা ইনর্জি থিবগী থৌওং চখরকই। গ্লুকোনিওজেনেসিস কৌবা থৌওং অমগী মতেংনা হকচাংনা এমিনো এসিদকুম্বা নোনকার্বোহাইদ্রেট সোর্সশিংদগী গ্লুকোজ শুংই।

সাইন্টিষ্টশিং অদুনা কার্নিটাইন্স অমসুং ব্যুটরেট য়াওনা ঈদা য়াওবা অকক্লবা মেটাবোলাইটশিংগী চাং য়েংবদা গ্লুকোনিওজেনেসিস থোকপগী ইভিদেন্স উবা ফংখি। চারা হেল্লিঙৈ মতমদা পার্টিসিপেন্টশিং অদুগী ঈদা মেটাবোলাইটশিং অদু য়াওবগী চাং হেনগৎলক্লম্মী। অদুগা সাইন্টিষ্টশিং অদুনা অতৈ অতোপ্পা মেটাবোলিক্কী ওইবা অহোংবা ময়াম অমসু থেংনখি, মদুদা সাইন্টিষ্টশিং অদু অঙকপা পোল্লম্মী। খুদম ওইনা সাইট্রিক এসিদ সাইকল পুথোকপগী চাং হেনগৎলকপা থেংনখি। সাইট্রিক এসিদ সাইকলগী থৌওং অসি মিটোকোন্দ্রিয়াদা থোকই, মসিগী মথৌদি তুংশিনদুনা লৈবা ইনর্জিবু থাদোকপনি। প্রোসেস অসিদা মেটাবোলাইটশিংগী চাং হেনগৎলকপা অসিনা মিটোকোন্দ্রা হায়রিবা সেলগী পাৱরহাউস অসিবু অহেনবা থবক তৌহল্লি হায়বা তাকই।

অতোপ্পা হেন্না নুংঙাইরিবা অমনা পার্টিসিপেন্টশিংগী ঈদা প্যুরিন অমসুং পাইরিমিদিনগী চাংসু হেনগৎলকপা থেংনরম্মী, অদুবু সাইন্টিষ্টশিংনা মসিমদি চরা হেনবগা মরী লৈনহন্দ্রি।

ওইরক্লিবা থৌওংশিং অসি প্রোটিন শুংবা অমসুং জিন এক্সপ্রেসন হেনগৎলকপগী খুদম্নি। মসিনা তাক্লিবদি চারা হেনবনা সেলশিংবু মথৌ তৌহল্লিবা প্রোটিনগী মখল অমসুং চাংদা অহোংবা লাকহল্লি হায়বসিনি।

প্যুরিন অমসুং পাইরিমিদিনগী চাং হেনগৎলকপা অসিনা হকচাংদা য়াওবা এন্টিওক্সিদেন্টকী চাং হেনগৎহল্লমগনি হায়বা উৎলি। তশেংনমকসু রিছার্সরশিং অদুনা অর্গোথাইওনিন অমসুং কার্নোসিন য়াওনা অকক্লবা এন্টিওক্সিদেন্ট মখল খরা চাং য়াম্না ৱাংনা হেনগৎলকপা থেংনরম্মী।

ঐখোয়না অহল ওইশিল্লকপগা লোয়ননা লিউসিন, আইসোলিউসিন অমসুং ওপথালমিকনচিংবা য়াওনা মেটাবোলাইটশিংগী মশিং হন্থরকই হায়না রিছার্সরশিং অসিনা মমাঙদা থিজিনখিবা অমদা উৎখ্রবনি। মখোয়গী অনৌবা ষ্টদি অসিদা চারা হেনবনা হায়রিবা মেটাবোলাইট অহুম অসি হেনগৎহল্লি হায়না উৎলি।

ভলন্টিয়র ৪ অদুনা চারা হেল্লিঙৈ মতম অদুদা মখোয়গী হকচাংদা মেটাবোলাইট ৪৪ গী চাং হেনগৎলকপা থেংনখি। মখোয়শিং অদুগী মনুংদা খরদি শরুক ৬০গী চাংদা হেনগৎলক্লম্মী। সাইন্টিষ্টশিংনা হায়রিবা মেটাবোলাইট ৪৪ অসিগী মনুংদা চারা হেনবগা মরী লৈনৈ হায়রম্ললিবদি ১৪ খক্তক্নি। চারা হেনবনা হান্না খঙনরল্লিবা অদুদগী য়াম্লা হেন্না মেটাবোলিকেল্লি এক্টিব ওইহল্লি হায়না ডা. টাকায়ুকি হায়খি। মহাক্লা ফোঙদোকখিবদা, মেটাবোলাইটশিং অসি মসল অমসুং এন্টিওক্সিদেন্টশিং মেনটেন তৌনবগীদমক য়াম্লা মরু ওই। হৌজিকমক্কী ওইনদি চপ চানা খঙবা ঙমদ্রগসু চারা হেনবনা ঐখোয়বু নহা ওইথোকহনবগী ওইথোকপা য়াবা লৈ হায়বদু ষ্টদি অসিগী রিজল্ট অসিনা উৎলি হায়খি।

এন্টিওক্সিদেন্টকী চাং হেনগৎলকপা অসি ঐখোয়না চারা হেনবা মতমদা থোকপা সর্ভাইভেল রেস্পোন্সনি, ঐখোয়গী হকচাং অসি চাং য়াম্না ৱাংবা ওক্সিদেটিব ষ্ট্রেস থেংনবা ঙম্মী হায়না সাইন্টিষ্টশিংনা থাজরি। এন্টিওক্সিদেন্ট পুথোক্লিবা অসিনা ঐখোয়গী হকচাংবু ফ্রী রেদিকেলনা থোকহনগদবা কয়াদগী ঙাকথোকপা য়াই।

সাইন্টিষ্টশিং অদুনা মখা তানা অহেনবা রিছার্সশিং তৌদুনা চারা হেনবনা পীরিবা কান্নবা কয়াগী মতাংদা থিজিনবা পাম্লি।

থিজিন খোঙচৎ চৎলুরে

ইম্ফাল, সেপ্টেম্বর ১৯ (এন ঐচ এস): হিষ্টোরিকেল এন্দ কলচরেল রিছার্স সেন্টর, ইম্ফালনা থা খুদিংগী লেপ্তুনা পাঙথোক্তুনা লাকপা থিজিন খোঙচৎকী শরুক অমা ওইনা রিছার্স সেন্টর অসিগী প্রসিদেন্ট নাওরোইবম ইন্দ্রমনিগী লীচিং মখাদা থিজিল্লোই ৪৩ না শাবা খুৎপু অমনা মোইরাংগী লমখৈ মনুং চন্না লৈবা মণিপুরগী পুৱারীগা শাগোন্নদুনা লৈবা মফমশিংদা থিজিন খোঙচৎ চৎলুরে হায়না সেন্টর অসিগী প্রসিদেন্ট নাওরোইবম ইন্দ্রমনিনা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা হায়, মফমশিং অদুদি নিংথৌ পানখিবা মণিপুরগী ইহান হানবা নিংথৌ মৈদিংঙু নোংদা লাইরেন পাখংবগা খাবগা লান শোক্লবদা খাবশিংনা ঙম্বদগী পাখংবনা মোইরাংদা খুনগুমঙৈদা মতম খরা কোনুং ওইনা পাল্লম্বা মফম, লোইরেল সানপুংগী খুভম, মৈদিংঙু নোংদা লাইরেন পাখংবনা মোইরাংদা খুনগুমদুনা লৈরিঙৈদা য়ুনম কৌবী অমা পান্নরগা পোল্লম্বা মুংয়াং চাওবনা লৌবী অরাই লৈমা য়াওনা নিংথৌ সোরারেলগী মচানুপী তরেৎনা ঈরোয়দুনা শান্নফম থাংজিং চীংগী লিক্লাই খুলদা লৈবা ঈকোম, মৈদিংঙু গৌরশ্যাম অমসুং ভগ্যচন্দ্রগী মতমদা মোইরাংদা মতম খরা মনিং-মখা তম্বা নিংথৌ ওইনা পাল্লম্বা লুৱাং পুরিকলাই খেল্লে নুংনাং তেলহৈবনা কোনুং ওইদুনা পাল্লম্বা ক্বাক্তা কোনুংগী মফম, মৈতে নিংথৌ মরোল কয়াগী নিংথৌ ওইরক ওইরকপা খুদিংনা নুঙ অমমম য়ুংলম্বা পান শম্থোংগী খুভমনচিংবা মণিপুর পুৱারীগী মরু ওইবা মফমশিংদা থিজিন খোঙচৎ চৎলুরে হায়নসু মখা তারি।

খোঙজং চঙশিন্নবা শেম-শারে

ইম্ফাল, সেপ্টেম্বর ১৯ (এন ঐচ এস): বিরমঙ্গোল কোলেজগী অৱাৎপা ওজাশিং অমসুং ইনফ্রাষ্ট্রকচর পীবীদ্রবদি খোঙজং চঙশিন্নবা শেম-শাবা লোইরে হায়না বিরমঙ্গোল কোলেজ ষ্টুদেন্টস য়ুনিয়ন্না প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি। চেরোল অদুনা হায়, অৱাৎপনা থন্দুনা লৈরবা বিরমঙ্গোল কোলেজগী ওজাশিংগী মরক্তগী ট্রান্সফর তৌবদা য়াওখিবা অসি নুংঙাইতে। ৱাৎতুনা লৈরিবা ওজাশিং অমসুং ইনফ্রাষ্ট্রকচর পীগদবনি। নুমীৎ হুম্নীগী মনুংদা অৱাৎপশিং পীদ্রবদি খোঙজং চঙশিন্নবা শেম-শারে হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তারি।

দ্রাইভ চংখবা হৌখ্রে : অমক্তা

ইম্ফাল, সেপ্টেম্বর ১৯(ঐচ এন এস): মহৈরোয়শিংনা কোলেজ কাবগী চাং মপুং ফাহন্নবা অমদি মহৈরোয়শিং মতৌ করম্না মপুং ফানা কাহনগদগে হায়বগী থীমদা ওল মণিপুর কোলেজ টিচরস এসোসিএসন (অমক্তা)না মসিগী য়ুনিট কোলেজশিংদা চত্তুনা ওঝাশিং অমদি প্রিন্সিপালশিংগা ইন্টরেক্সন তৌবগী খোঙথাং অমা চংশিনবা হৌখ্রে হায়না এসোসিএসন অসিগী জোইন্ট সেক্রেটরি ডা. এম ইমোচানা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

কোলেজ খরদা ওঝাশিংনা মপুং ফানা কাজরবসু মহৈরোয়শিংদি এটেন্দেন্স পোর ওইরকপা য়াওরিবা অসিগী করেক্টিভ মেজরস অমা লৌনবা অমদি করম্না ইমপ্রুভ তৌগদগে হায়বগী মতাংদা দ্রাইভ অসি চংশিনখিবনি। হৌখিবা সেপ্টেম্বর ১১দা এদ্যুকেসন মিনিষ্টরগা ৱারি শান্নখিবদা মহৈরোয়শিংগী এটেন্দেন্স মপুং ফাদবগী নুংনাংবা ফোঙদোরকখিবা অমদি কোলেজশিংদা একাদেমিক এদমোস্ফিয়র মপুং ফানা লৈহন্নিংবদগী চংশিনখিবা খোঙথাংনি হায়নসু চেরোল অসিদা পল্লি।

লোয়ননা কোলেজ ওঝাশিংনা চৎলিবা থা অসিগী মনুংদা একাদেমিক এদমোস্ফিয়র কায়হন্দনা ক্লাস ফজনা তৌদুনা সেমিষ্টরশিংগী সেলিবাই কোভর তৌনবসু অমক্তানা অপিল তৌখ্রে। নিংশিংবা য়াই, ৭শুবা য়ু জি সী পে অমসুং চার্টর ওফ দিমান্দশিং লৈঙাক্লা থা অসিগী মনুংদা ফুলফিল তৌরক্ত্রবদি অমক্তানা ওক্টোবর ১দগী মাস মোবিলাইজেসনগী খোঙজং চংশিনগনি হায়বা লৈখ্রবনি হায়নসু চেরোল অসিনা মখা তারি।

য়ুনিফোর্ম লৌদনবা লেপ্নখ্রে

ইম্ফাল, সেপ্টেম্বর ১৯ (এন ঐচ এস): চীংগী দিষ্ট্রিক্টশিংগী ওজাশিংগী ওইবা মীফম অমা জে আর ইনপুনা প্রিসাইদ তৌদুনা সেনাপতি দিষ্ট্রিক্ট টিচরস কম্যুনিটি হোলদা পাঙথোকখিবগা লোয়ননা লৈঙাক্কী স্কুলশিংদা পীরিবা স্কুল য়ুনিফোর্মশিং লৌররোই হায়না ৱারেপ্নখ্রে হায়না ওল মণিপুর হিল টিচর এসোসিএসনগী প্রসিদেন্টনা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি। চেরোল অদুনা হায়, আর টি ঈগী মতুংইন্না এস এম সীদা পীরিবা গাইদলাইনশিং নাথৈদুনা লান্না শীজিন্নব্রা হায়না চিংনবা ফাওরি। সেসন লোইদৌরবা ফাওবদা য়ুনিফোর্ম পীদ্রিবসি করি মরমগীনো হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তারি।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ২০।০৯।২০১৯ ইং, ইরাই,
লাংবনগী ২১নি পানবা।

মেষ : পাউ নুংঙাইবা তারগনি, নচা-ননাইগী লম্দা নুংঙাইবা অমদি হনবা লৈতনা হোৎনবনা মীকোক থোংবা ঙমগনি। মীয়ামগা লৈনবা মরীদি ফবা ৱাৎলি।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংবা থুংবা ৱাৎকনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

বৃষ : লল্লোন-ইতিক্তা চাউনা শেন্দোং ফংগনি, নঙগী ওইবা মীশিংগী মতেং ফংগনি অমদি অনৌবা থৌরম পাংবা য়াগনি। অশাওবনা মরুপ কাইনগনি-ফিংগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - নোল্লুকপনা নীংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

মিথুন : মীংচৎ ফংগনি, অরং-অরাক লৌশিনবা য়াগনি অমদি অফবা মরুপ ফংগনি। থৌনা ফবনা অফবা মফম কনবা ঙমগনি, নথক থোংবনা য়েংথি-কাউগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - ইকাই খুম্নবা ফংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

কর্কট : লন ফংগনি, হকচাং নুংঙাইগনি অমদি লাইবক ফবা ওইগনি। য়েৎনরম্বা কোক্কনি অমদি লাই-গুরুনা চানগনি। অদুবু মীতোপ থাজরবদি মাঙগনি, কাইননি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবা ফংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

সিংহ : অনীংবা থবক চিংনদনা পাংগনি অমদি অনৌবা থৌরমসু পাংবা মায় পাক্কনি। অফবা লৈফম, মীয়াম অমদি থবক থৌরমদগী কান্নবা থোইনা ফংলগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবনা চানগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

কন্যা : চরাংবনা মীপাইবদুম পোক্কনি, ফিংবনা চাদিং হেনগনি, থৌয়াম পুবা অমদি পোরম য়াৎপা হৈতবনা ইকাই নুংশি য়ান্নবা থৌদোক নংগনি। পূক্লিং ফাথৌ।
লৈশা পাখংশিংগী - অনীংবা অপাম্বদা চৎকনু।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

তুলা : মীংচৎ অমদি ইকাই খুমনবদি ফংগনি অদুবু লাইবক ফবদি লৈতে-অদুনা করাম্বা থাদোকউ। মরুপ-মপাং অমদি নখা থাবগী মতেং ফংগনি, লাল্লুগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংবা মপা চারোই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

বৃশ্চিক : নীংবা থুংগনি, হরাওবা অমদি মীচং হেনগৎপা ওইগনি। ইমুং-মনুং ৱা তানবা অমদি মীয়াম্না য়াবা থৌ পাংবনা ওইজ-ওইথক শোইদনা ফংগনি। হুনদি তাথি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশি মরী ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

ধনু : নঙগী ওইবা মীচং ৱাৎপা লৈতে অমদি শেন্দোং তানবা থবক্তা শোইদনা চাউনা মায় পাক্কনি। থৌনা লৈনা পাংবা থবক খুদিংবা অঙম্বনা চানবীগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

মকর : হকচাং নুংঙাইবা ৱাৎলি-অদুবু খাংবা কনবা অমদি পূক্লিং তপথবনা য়েক্লবা ঙমগনি। অরুবা থৌ পাংগনু অমদি মরুপ-মপাংগা মুক্নগনু-য়াইফগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - য়েৎনগনু, হোয়া ফগনু।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা/চেঙ।

কুম্বা : পূক্লিং পেন্দবা খরদি লোয়নগনি অদুবু য়েৎনবদি ঙমগনি অমদি হকচাংসু নুংঙাইবা হেনগনি। খাংবা কল্লদি লাকচবীনবা লৈরোই। মীতোপ থাজগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - পূক্লিং লাংতক্লগনু।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

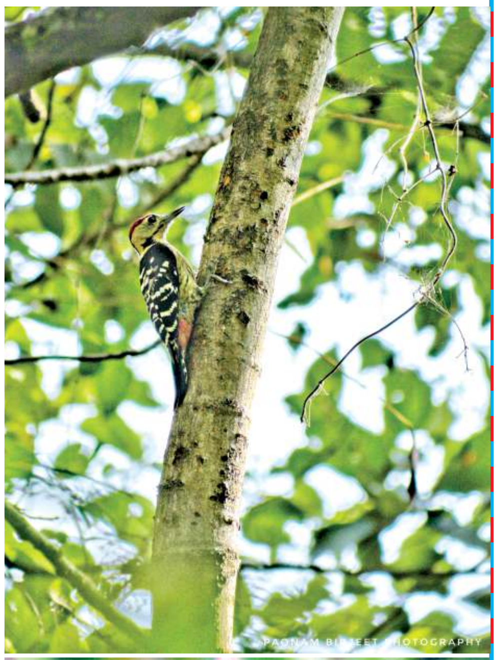
মিন : মীচং হেনগৎকনি অমদি ওইজ-ওইথক তানবদি চীংনদনা মায় পাক্কনি। নাপল তৌরদি লন মাঙগনি, মীখা পোনগনি। মীয়াম্না য়ানবা হোৎনবনা কান্নগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংবা খরদি থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।

মমি ৱারী

'লৈকোল'

পাওনম বিরজীৎ



Paonam Birjeet is a mountaineer and photographer.