ꯍꯨꯏꯌꯦꯟ ꯂꯥꯟꯄꯥꯎ

ꯏꯔꯥꯏ, ꯑꯣꯛꯇꯣꯕꯔ ꯲꯰, ꯲꯰꯲꯳, ꯏꯝꯐꯥꯜ

꯴꯷ ꯁꯨꯕ ꯆꯍꯤ, ꯲꯰꯶ꯁꯨꯕ ꯃꯁꯤꯡ

হুইয়েন লানপাউ

ইরাই, ওক্টোবর ২০, ২০২৩, ইম্ফাল

৪৭শুবা চহী, ২০৬শুবা মশীং

অথৌবশিংদা লৈ কৎপা

অৱাবা ফোঙদোকপদা ৱাশক লৌহৌগদবনি

মে ৩, ২০২৩দগী কুকি ফূরুপ্না কোনশিনবা চীংগী কাঙলূপ মচা-মচাশিংনা নোংমৈ-বোম অমসুং মখল কয়াগী খূৎশু-খূৎলায়শিং পায়দুনা অতম্ননা মীতৈদা চথরক্লিবা তমথীরবা লানসি ঙসিদি নুমিৎ ১৭১নি শুজিল্লক্লে। অদুবু হৌজিক ফাওবদা লানসি লেপখ্রগদ্রা, মখা-তানা চথরক্করোইদ্রা হায়বসি লৈখাই তাবা ঙমদ্রি। লানসি চথরক্কুনা তাল্লিবা দিমান্দসি ইন্দিয়া লৈঙাক্তনি। অদুবু লৈঙাকসিগী মায়কৈদগী অমসুং লানসিগী মতাংদা লৈঙাক মকোক প্রাইম মিনিষ্টর নরেন্দ্র মোদিনা চেক-মোক লাউদ্রি। ঈশিং মনুংদা লৈতুম থাদবদৌনা লৈথোক্লি। মণিপুরগী চীফ মিনিষ্টর কৌদুনসু উনদে, ৱারী শাদে। পোলিটিকেল পার্টি ১০গী মীহুৎশিংনা উনজগে হায়বদা অয়াবা পীরকখিদে। ষ্টেট লৈঙাক্কী মিনিষ্টর, এম এল এশিংনা উননবগী মতম পীবিয়ু হায়জবসু তাবিখিদ্রে। প্রাইম মিনিষ্টরগী থৌওং অসি 'কৈনোমনি' হায়বদুনি। মরম অসিনা হৌজিক লান অসি থা ৬ ফাজিল্লক্লবা ফাওবদা নতিন্নি-নরাইনি হায়দুনা লৈথোরকপনিনা লান নংলবা মীতৈশিং খূকউ শেনবা লেপ্পা য়াদ্রি। মীতৈশিংনসু পুনশিল্লগা য়ুনিয়ন লৈঙাক্তা তাইনরকপগী তঙাইফদবা ফিভম অমা লাক্লোই হায়বসু তম্বা ঙমদ্রি। মরম পূম্নমকসিনা খুল/লৈকায় পূম্নমক্কী মীয়াম্না লানসিদা লৈখিদ্রবা অথৌবশিংবু নীংশিংদুনা মখোয়দা হৈকৎ-লৈকৎ তম্বা, মখোয়গা শেৎন-খায়নবগী অৱাবা ফোঙদোকপা অমসুং থৱায়না পোন্থা পীখিবা মখোয়গী মতিক-মথৌনা শীংথাবগী থৌরমদা মীতৈ হায়রিবা ফূরুপসিগী মীওইশিং অমত্তা ওইনা পুনশিন্নবা অমসুং চহী লিশীং ৩ হেনবগী পুৱারী লৈজরক্লিবা মণিপুরগী ঙমখৈ, হিংলিবা ফাওবা খোঙফম হন্দোক্তুনা, মায় লৈদুনা চেন্দনা ঙাকমিন্নগনি হায়বগী ৱাশক লৌমিন্নহৌরগদবনি।

হৌজিক মীতৈনা থাজবা থমগদবা মখল অমত্তগী লৈঙাক লৈত্রে। হৌজিক লৈরিবা ষ্টেট অমসুং য়ুনিয়ন লৈঙাকশিংবু লানসি হৌরকপদগী থা ৫ হেন্না ঙাইরক্লবনি, য়েংলক্লবনি। ঙসি ফাওবদা লৈঙাক অনীসিগী মায়কৈদগী লানসি লেপহন্নবা করি তৌরকখ্রবগে? হৌজিক ফাওবা তৌরক্ত্রিবসি কোন্না করম কান্দা তৌরকখিগদগে? মথং চহী ২০২৪গী মার্চ-এপ্রিলদা পাঙথোক্কদৌরিবা পার্লিয়ামেন্ট মীখলদা মণিপুরগী এম পি অনীমক লৌবা য়াননবা অদ্বাইদা তৌরক্কে হায়রিব্রা? মতমদু ফাওবা মীতৈশিংনা লানগী মৈশা খাঙদুনা ঙাইখিবা তারিব্রা? হৌজিক্তি মীতৈ পূম্নমক অমত্তা ওইনা পুনশিন্নরগদবনি। লিংজেল মান্নবগী লীপুননা পুনশিনমিন্নরগদবনি। মীতৈনা ফূরুপ অসিগীদমক পাঙথোক্কদবা থবক ময়াম মাঙদা তাদুনা পুমহিং হিংনা লৈরি। লোক সভাদা এম পি ২ অমসুং রাজ্য সভাদা এম পি অমখক লৈজরবসু মতম চূপ্পগী ওইনা মণিপুরগী ঙমখৈগী শক্তম, ফিভম অমত্তদা কায়হল্লোই, হোংদোক-হোংজিন তৌবা য়ারোই হায়বগী ৱাফম/ৱারোল অমা লৈবাকসিদা চৎনরিবা কন্সটিটুয়েন্সদা হাপচিনবগী তঙাইফদবা লৈরি। মসিগীদমক হন্দক পাঙথোক্কদৌরিবা পার্লিয়ামেন্ট মীখলদা শরুক য়াগদবা লৈবাকসিগী পোলিটিকেল পার্টিশিংগী থোঙজিন্দা ৱাফমসিবু ফিগাও শানা নিরুগদবনি। মণিপুর হায়রিবা অপীকপা লমসি করিনো? মতৌ করম্না ওইরকখিবনো? লৈবাকসিদা পুন্দ্রিঙৈদা করম্বা ফিভমদা লৈরমখি। পুনশিন-তিনশিন্নখিবদুনা মতৌ করম্ননো হায়বসিগী শাংলবা ৱারী শীংবুল অমত্তা চিংখদনা লিরুগদবনি। মথৌ তারক্লবদি মালেমগী মীয়াম শিনবা থুংনা খঙহনগদবনি। থবক মচা নত্তে, অচৌবনি। শেলসু চঙনি, মতমসু চঙনি। খ্বাইদগী মরু ওইরিবনা মীতৈ অমত্তা ওইমিন্নবনি। চাউখ্রবা থবকসি পাঙথোরকপা ফাওবদা মীতৈ তুহৎ-নৈহৎপীবগী মীৎয়েং অদুম্মক য়েংলক্লগনা মতমদুদা মীতৈ খক্তগী ওইবা ৱারেপ অমা লৌজগদবনি। হিংলবসু পূন্না হিংগদবনি, শিরবসু পূন্না শিগদবনি। ঙাইহাক ঙাইহাক্কী পোলিটিক্স তৌবা মীওই খরগী লাংদা থুদুনা মীতৈ মশেল খোঙচেপ হাইনররোইদবনি।

ꯑꯊꯧꯕꯁꯤꯡꯗ ꯂꯩ ꯀꯠꯄ

ꯑꯔꯥꯕ ꯐꯣꯡꯗꯣꯛꯄꯗ ꯔꯥꯁꯛ ꯂꯧꯍꯧꯒꯗꯕꯅꯤ

হন্দক্তি নিঙোল চাক্কৌবা লেপসি হায়নরিসি চুমগনি

মতম মতমগী ৱাফম

সেঞ্জম দেবেন

য়েলহৌঙৈদগী হৌনা লৈরকপা মণিপুরদা নিঙোলশিংনা পিবা চাক্কৌবা চৎনরম্বদগী মরক্তা পিবানা ওইনা নিঙোলশিংবু চাক কৌনখিবগী থৌরমসি কুমসি চহীগী ওইনদি মণিপুরদা পাঙথোক্লগদৌবা মান্দ্রে। থৌরমসি মীতৈশিংগী মচল-মচে অমদি মবুং-মৌপ্বা, নিঙোল-পিবা অনী নুংশিননবগী লন্থীদা অমত্তা ঙাইরবা লংলাগুম, পাঙ্খক ওইরম্বা থৌরম অমনি। থৌরমসি কুমসি চহীগী ওইনদি লেপ্পসি হায়রক্লিবসি তশেংনা মরম চাবা অমসুং তৌফদ্রবা থৌদৌ অমা ওইবননি। হৌজিক-হৌজিকমক মণিপুরদা ওইরিবা ফিভমসিদা তশেংনা কুমসি চহীগী ওইনা নিঙোল চাক্কৌবগী থৌরম লেপ্পসিনা খ্বাইদগী হেন্না চুম্বা থৌদৌ ওইরনি। অয়াম্বনা হন্দক্কী চহীসিমদি মণিপুরদা নিঙোল চাক্কৌবগী থৌরম পাঙথোক্লগদবসু মান্দ্রে। ওইরিক্লবা ফিভমসি তাঞ্জাগী মতুং ইন্ননি। য়েলহৌঙৈদগী হৌনা মণিপুরগী মীতৈ ফূরুপ্না চহী খুদিংগী ওইনা নিঙোল চাক্কৌবগী থৌরম লেপ্তুনা পাঙথোক্লদুনা লাকই। তৌইগুম্বসুং হন্দক্তি মণিপুরদা চাক কৌগদবা কাঙবুসু, চাক্কৌবা চৎকদবা কাঙবুসু অনীমকসি মশীং খঙদনা অৱা-অনাশিং মায়োক্লরে অমসুং য়ূম-কৈশিং ফাওবা লৈনদবগী ফিভমদা লৈনরে। থৌদৌসি মণিপুরদা থা মঙা হেল্লক্লবা ফাওবদা লোইশিনগনি খঙদ্রবা, মীরৈহৎ ওইবা চিন-কুকি কাঙবুশিংনা ইনশিল্লগা চৎপা মণিপুরগী অপংবা কুকিশিংগী লানসিনা থোকহনবনি। হন্দক মণিপুরদা মীতৈশিংগী নিঙোল চাক্কৌবগী থৌরম চহীসিগী ওইনা পাঙথোক্লররোই হায়বগী থৌদৌসি মতম চূপ্পগী ওইনা নুমিৎ-থানা লৈরিমখৈ মণিপুরগী পুৱারীদা অরাবা ময়েক্লা ইদুনা লৈহৌরগনি। চহী অমগী মনুংদা শুপ্নতগী নোংমা খক্তমক পাঙথোক্লবা 'নিঙোল চাক্কৌবা'গী থৌরমসি তশেংনা মীতৈ ফূরুপকী ওইনদি নিঙোল ওইবী খুদিংমক্কী মফমদা অমুক হন্না চাংদম্ননীংঙাই লৈতবা মওংদা হরাও-মথোয় কাজবা নুমিৎনি। অদুবু মীফত্ত-মীরৈহৎ, চিন-কুকি টেররিষ্টশিংনা ইনশিল্লগা হৌরকপা মণিপুরগী অপঙবা কুকিশিংগী লানগী ফিভম উরুবদগী কুমসি চহীগী ওইনদি মণিপুরগী মীতৈ নিঙোলশিংনা নুমিৎসিবু ইরায় লায়না কাউথোকপা ঙম্লনি হায়বগী ফিরেপসি লৌরকপনি।

হন্দক থোক্লিবা লমহেনবা কুকি নার্কো টেররিষ্টশিংগী লানসিনা মণিপুরগী অশেংবা য়েলহৌমী ওইরিবা মীতৈ ফূরুপকী মফমদা কয়াগী মতিক ৱাহল্লে? হন্দক্কী কুকিশিংনা হৌরকপা লানসিদা মমা-মপা কয়ামরুম্না মপারি-মমোমশিং শেৎনখ্রে, কয়া অমনা মপুরোইবশিং কায়নখ্রে, কয়া অমনা মশাগী লোয়নবীশিং থিফম খঙখিদ্রে। সিদসু নত্তনা মশীং থিঙমদ্রবা মপারি-মমোমশিং কয়ামুক্কী নুংশিরবা মমাশিং, মপাশিং, পুন্সিগী ওইনা মশক উবা ফংলরোইদবা মফমশিংদা কুকিশিংনা নমদুনা পুবিখ্রে। লিন্না চিকত্রিবা মীশিংনা লিনগী মহূ খঙদবগুম, থৌদৌশিংসি মশাদা থোকত্রিবা, মীনুংশি খঙদ্রবা, শাহিং চাবা কুকিশিংনা মীতৈ ফূরুপকী য়াম্লবা মীয়ামসিবু কয়াগী মতিক ৱাহল্লি। কুকিশিংগী চাউরবা লাঞ্জাওসিনা মশীং থিঙমদ্রবা মীতৈ মীয়ামগী ময়ূম-মকৈশিং মাঙহনখি, উৎকী মপৈশিং ওনহনখি। ময়ূম-মকৈ লৈত্রবা মমা-মপাশিং অমসুং মবুং-মৌপ্বাশিংনা মতৌ করম্না মচানুপীশিংবু অমদি মচল-মচেশিংবু চাক্কৌরুদৌরি? মশাগী ময়ূম-মকৈশিং মৈনা তুম্না থাদোকপীখিবদগী রিলিফ কেম্পশিংদা চঙজফম লৌদুনা হিংলিবা মশীং থিঙমদ্রবা মণিপুরগী মীতৈ নিঙোলশিংনা মতৌ করম্না নিঙোল চাক্কৌবা চৎকদৌরি? ফিভমসিদা কদাইদগী ফিজোলশিং শেৎকদৌরি, কদাইদগী লিক-খুজিশিং শীগদৌরি? শেৎন-শিনবা পূম্নমকসিসু তোকখ্রসি, শেৎন-ইন্নবা ফিজোলশিং অমদি শিননবা লিক-কোলশিংদি লায়বু লায়রি, অরৈবশিংদগী ঙাইহাক শীজিন্নবসু ময়াবা য়াই, তৌইগুম্বসুং লুরিবদি মখোয়না চাক্কৌবা চৎকদৌরিবা মমা-মপা, মবুং-মৌপ্বাশিংগী য়ূমশিংদুবু কয়াম লৈনরমখিদগে? লৈরম্লসু খরখক্কী মঙাই।

ফিভমশিংসি পূন্না উশিনমিন্নদুনা হন্দক্কী মণিপুরগী নিঙোল চাক্কৌবগী থৌরমসিমদি পূন্না লেপমিন্নরসি হায়রিবসি পূম্নমকসি উরগা হায়রবনি। থৌদৌসিদা ঐখোয়না অমুক হন্না, অনীরক-অহুম্লক থোক্লা খন্নরুবগী মথৌ তারোই। তৌববুদি হৌজিক ফাওবদা মণিপুরদা হন্দক্কী নিঙোল চাক্কৌবগী থৌরমসি লেপ্পসি হায়বসিদা কনামত্তনা য়ানীংদবগী ৱাহে-ৱাতা অমা ফাওবা ফোঙদোক্লকপবুদি থেংনদ্রি। থেংসু থেংনরোইদি খল্লি, অদুম ওইনমক থিংলিবগী নুংগী ওইবা ৱাহন্থোকসি পূন্না খঙমিন্ননীংবনা ৱাফম খরসি ফোঙদোকচবনি। পাবীরিবশিংনসু ঙাকপীগনি। ঐখোয়না করিমত্তসু খল্লুদনা, থাজদনা কুকি ফূরুপ্না খঙহৌদনা মীতৈ ফূরুপকী মথক্তা অকনবা লান্দা অমা তাশিল্লকপসি ঐখোয়বু মখোয়না অসুক্কী মতিক উশিত্তবনি অমসুং অকি-অখং অমত্তা মশাদা ফাওদবনি। হঞ্জিন-হঞ্জিন খল্লুরবদি লোইবা-খম্বা নাইদবা পেন্দবশিং কয়াসু ফাওরক্কনি। অদুবু হায়নবা লৈ, "মমল য়াওদবা, অপঙবা মীওইশিংগা য়ারিবমখৈ মান্নরোইদবনি, মমল য়াওদবশিংনা লক্কদুনা শাউহল্লগা মমল য়াওবশিংনা কৈদৌঙৈদা খক মখোয়গা মান্নদুনা ওনশিন্নদুনা হকথেংননা মায়োক্লরোইদবনি, মমল য়াওদবগা য়াওবশিংগা শীংনদুনা শিমিন্নবদা মমল য়াওবা কাঙবুশিংনি মাঙজরিবসি" হায়বা ৱাফমসিসু খজিক্তং খন্থহৌবা চুম্ব্রসু খল্লি। অদুম ওইনমক থৈদোকপদা য়াদ্রবদি পাম্বৈ লৈতে, থেংনবা তাবনি অমসুং ঙম্নবা মওংদসু মায়োক্লবা তাবনি।

করিগুম্বদা মীতৈশিংনা য়েলহৌমীশিং ওইরমদ্রবা, ঐখোয়না কুকিশিংবু ঙসি ফাওবদা ঐখোয়গী ইরমদমসিদা করিসু হায়দনা লৈহল্লন্লিবসি মখোয়না ঐখোয় ওইরল্লবদি 'সুক শাংলবা মতমসি অসুম্না করিসু হায়দনা ঐখোয়বু লৈহল্লমখিদ্রা? মণিপুরদা মীতৈ ফূরুপসিনা মতম লৈবা খিবিক্তা মেজোরিটিনি-মেজোরিটিনিদং হায়দুনা ঈংথ-তপথদুনতা খাঙলিবসিগুম, মখোয়না মীতৈগী পোফমসি ওইরম্বা থোক্লবদবু মীতৈশিংনা খাঙদুনা লৈরিবা অসুম্না মখোয়না খাঙদুনা লৈরমখিগদ্রা? পুকচেল চাউবদা, শুপ্নগী শরেং চরা অমখক্তং কৎলকপদা লেম্না লৌ শঙম অমা পীথোকপা ঙম্লম্বা মীতৈ ঐখোয়গী ইপা-ইপুশিংগী থম্মোয় মচাউদু ঙসিসু মচা-মশু ওইবা ঐখোয়দা কোকউ য়াদ্রবা মচু অমনা শঙখিবগুম কোকপা নাইদনা থম্মোয়দা চুদুনা লৈহৌবসিনা হৌজিক্কী ত্বেন্টি থার্দ সেঞ্চুরিসিদা ঐখোয়না কান্নরিবসি করিদনো? ঐখোয়সু কুকিশিংগুম থম্মোয় কনবা, মী লুবা, মশাদা মীনুংশি ফাওদবা ঙম্বগী মতৌসি খরদং তমহৌবনা হৌজিক্কী সেঞ্চুরিসিদদি খরদা ওইরসু কান্নবা ফংলদ্রা, পূক্লিংসিদা মরক-মরক্তা খল্লকই। করিসু নত্তবদা কুকি মীচেন খরগী হাক্তক্তা হন্দক মশীং থিঙমদ্রবা মীতৈ ফূরুপকী ইচল-ইচাশিং পূম্নমক্না নিঙোল চাক্কৌবগী থৌরম তোক্কদৌরিসিনি। 'সিদগী হেন্দোক্তুনা মমল য়াম্লবা মীতৈ ফূরুপকী মীওই কয়ামুক্কী মমল নাইদ্রবা থৱায়শিংসু মাঙখ্রবনি। সিদবু মীতৈ ফূরুপ্না মীনুংশি চাউবা তম্নরিবসি চুল্লিবরা?

মীনুংশি চাউবা, থম্মোয় চাউবা হায়বসিগী অনীশুবা ৱাহন্থোকসি হৌজিক্কী মতমসিদদি 'অপংবা' হায়বা ৱাহৈসিনি। ৱাফমসিসু চুম্লক্কদবগুম তৌরক্লি। ৱারীসি কুকিশিংগী শাথীবা মতৌ রোমদা ওইনা চৎখিদৌরে। নহান মে ৩দগী অতৈ অতোপ্পা ৱাখল অমত্তদা ইশাসিদা চঙউ য়াদ্রি, কুকিগী ৱাখল শোমদা হেক্তা চৎখি। অদুবু পূম্নমকসি ওইদুনসু হন্দক্তি নিঙোল চাক্কৌবগী থৌরমসিমদি ঐখোয় পূন্না লেপমিন্ননবা হোৎনমিন্নদবা চুম্লরোই। ৱাফমসি কাউথোক্লরগুমসি। হন্দক্কী মতাংসিদা নিঙোল চাক্কৌবগী থৌরম্না মরম ওইরগা ফজনদবা থোক্লক্তৌরিসিদি ঐখোয় মশেলগী মরক্তনি। অদুসু ইকায়বা খঙদবা কুকিশিংনা হৌরকপা লানসিনা মরম ওইরগা থোকহন্দৌরিবনি। হন্দক চহীসিগী ওইনদি পূম্নমকসি উৎ-পাৎ হৈবা কুকিশিংগী লানসিনা থোকহল্লকপা ঙাক্তা ওইদৌরিবনি। ৱারসু ৱানা, নুংঙাইত্রসু নুংঙাইতনা হন্দক্কী চহীসিমত্তংদি ঐখোয় মশেল অৱাবশিংসি চপ মান্নবা য়েন্নদুনা খাঙমিন্নরসি।

বেরাদা বেরা অশেংবা হায়দুনি হন্দক্কী কুকিশিংগী লানসি। মণিপুরগী শুপ্নগী চহী অমগী মনুংদা অমুক্তং থোকচবা নিঙোল চাক্কৌবা থৌরমসিবুসু মখোয়না মরম ওইদুনা নমদুনা হেক পাঙথোকহন্দে। মখোয়না খজিক্তং পোপী থাবগী মখূৎতা ক্রোর খরা পায়জবদুদা ঐখোয়না শোমদা খোয়না শেল তান্নবগী লন্থীদা হৈগন্দবগী, ইশাগী শেলনি হায়বদা ঙসি ফাওবদা লাখ খরদগী শুকহেন হেক হেনগন্দবসিগা, মখোয়না ঐখোয়বু অসুক্কী মতিক উশিত্তনা লৌরি। অদুবু ঐখোয়না মখোয়দা হায়নীংবসু লৈ, 'শেল য়াম্না পায়রে হায়দুনা ঙাক্তসু য়াদবা মতাংশিং কয়ামরুম শোয়দনা লাক্কনি'। অদুগা হিন্দু লোলদা হায়নবা অমসু লৈ। পাপনা তানবা শেলদি শোয়দনমক্কী পাপ কোক্লনবা, প্রাইসচিৎ ওইনা তৌবদা লোইনা চৎকল্লি হায়না। অদুগী হায়রুরবদি মীতৈশিংনা হুমাংমলনা তানবা শেলদগী হেন্না পায়গন্দবসিগীসু অফবা লৈবা জাৎনি। অমসু হায়নৈ, পৈশা য়াম্না পায়বগী কান্নদবসু লৈ। অমরোমদা, পৈশাগী অশেংবা ৱাহন্থোক্তি, পৈদুনা থমজিনবদা শা ওল্লকই হায়বগীদমক পৈশা কৌনবনিসু হায়রি। পৈশাসি পৈদুনা থমজিল্লুবদা থমজিল্লিবা মীদু শোয়দনমক্কী শা ওল্লকই হায়বসিদি ঐখোয়সু খঙজিনবা ফৈ খল্লি। ৱাহন্থোকসি চুমদ্রবসু অচুম্বা ৱাহন্থোক অমা ওইনা লৌনবদা অসুক্কী মতিক ঐখোয়দা কান্নবশিং শোয়দনা ফংগনিসু খল্লি। লোইশিল্লকপদা কুমসি চহীসিমদি নিঙোল চাক্কৌবগী থৌরম পাঙথোক্লররোইসি হায়বনি হায়বা ৱাফমসি কাউনখিদনবা অমুক্কসু থমজনীংই। ●

'লাইবক থীরবা থৌদোকশিংগী অহানবা লায়েং'

- ডা. য়ূম্নাম সুরেন্দ্রো -

হোরেন করি থোক্লগদগে, হয়েং করি থোক্লগদগে তম্বা ঙমদবা তাইবঙ খোঙচৎনি হায়বদা লানগনি খন্দে। মরম অসিনা খুদোংথীবা থৌদোক অমা থোকপদা ডাক্তর নৎত্রগা লায়েংশঙ য়ৌদ্রিঙৈদা খুদক্কী ওইবা লায়েং চথবা অফবা ওইগনি। খুদোংথীবা থৌদোক অমদগী মীওই অমা মমায়-মমিৎ ঙাংশিনবগা লোয়ননা ৱাখল তাদ্রবদি অশেংবা নুংশিৎ হোলহনবীগদবনি। লোয়ননা মফি-মরোল কোমহন্দুনা মখোঙ মখূৎ তিংথোকহল্লগা মকোক য়ুংথহনবা কান্নবা ফংগনি। করিগুম্বদা অশোক-অপন থোকপদগী হকচাংদা ঈ থোক্লবদি ঈ থোক্লিবা মফম অদু খরা ৱাংখৎনা থাংগৎপীবগা লোয়ননা এন্টিসেপটিক নৎত্রগা ঈশিংনা চামথোকপীরগা বেন্দেজ য়েৎশিনবীগদবনি। করিগুম্বদা ঈ থোকপা লেপত্রবদি খুবী নৎত্রগা খুদোনবীনা মফম অদু হান্না লৈরম্বা মফমদগী খরা থাংগৎপীরগা মেনশিনবীদুনা থন্বীগনি। য়ারিবমখৈ খূৎ-শাশেংনা হামদোকপীরগা অশোকপা মফম অদুদা পায়বিবগা লোয়ননা ঈ থোকপা লেপ্পনবা হোৎনবনা খ্বাইদগী ফবা খোঙথাং ওইগনি।

করিগুম্বা মহু পুবা লিলগুম্বা নৎত্রগা শানা খোৎখিবা নৎত্রগা চিকপা থোক্লবদি অশোকপা মফম অদুদগী হুগী শরুক য়াওবশিং ঈশিংনা শেংনা চামথোকপীগদবনি। অশোকপা অদু য়ারিবমখৈ হিপথহল্লোইদবনি হু অদুনা ব্রেন্দা চঙখিদনবা য়ারিবমখৈ হোৎনবীগদবনি। মসিগা লোয়ননা অশোকপা মফম অদু খরা লাউথোকহনবীরগা ফত্তবা হু য়াওরবা ঈগী শরুক্তু য়ারিবমখৈ লৌথোকপীনবা হোৎনবা অফবা অমদি অচুম্বা খোঙথাং ওইগনি।

করিগুম্বা নাতোন নাহি তাবা থোক্লবদি চৌক্রিগুম্বদা ফমহনবীরগা কোক তুংলোমদা ঙাথহন্দুনা খূৎ কোক মথক্তা থাংগৎপীগদবনি। মসিগা লোয়ননা থবাক্কী শরুক্কী ফি কোমহনবীদুনা অশেংবা নুংশিৎ হোন্নবা হোৎনবীগদবনি। ঈশিং অঙৈংবনা মীওই অদুগী কোক, মাই অমদি খৌরি চামথোকপীবগা লোয়ননা নাতোন লুকথনা নৎত্রগা কামথোকপা তৌহল্লোইদবনি। ফিজিগ্রিগা অঙৈংবা ঈশিংগা য়ানশিন্নরগা নাতোনগী অকোয়বদা ফি অমোনবা শীজিন্নদুনা থোন্বীবা ফগনি।

থবাক্তগী, লৈদগী, য়ারিদগী নৎত্রগা য়াদগী ঈ থোকপা তারবদি উন নৎত্রগা অঙৈংবা ঈশিংনা চামথোকপীবগা লোয়ননা মফম অদুদা খূৎনা নমশিনবীবা কান্নগনি। অনাবা মীওই অদু তপ্না পোত্থাহনবীবগা লোয়ননা ঈশিংদা লশিং লুপ্লগা থোন্বীবা কান্নবা ফংগনি। হকচাংদগী থোক্লক্লিবা ঈগী মচুনা অঙাংবদা অকংবা য়াওরবদি লংসতগী থোক্লকপা ওইগনি অদুগা কোফি মচুগুম তৌরবদি চাকখাওদগী থোক্লকপা ওইগনি হায়বসি অহানবা লায়েং পাঙথোকপীরিবশিংনা খঙজিনবদা কান্নগনি। অনা লায়েংশঙ য়ৌদ্রিঙৈ খুদক্কী ওইবা লায়েংশিং চথবদা য়ারিবমখৈ অনাবা নৎত্রগা অশোকপা মীওই অদু মপূং ফানা পোত্থাহনবীগদবনি। অসুম্না অশোকপা নৎত্রগা অনাবা অমবু লায়েংশঙ য়ৌদ্রিঙৈদা খুদক্কী ওইবা লায়েং চথবীবা অফবা অমদি অচুম্বা খোঙথাং ওইগনি। য়ারিবমখৈ খুদক্কী অশোকপা মতেং পাংবীবা মতমদা ঈশিংনা খূৎ শেংনা হামদোকপীগদবনি।

মৈনা পোকপা, মৈনা চাকপা নৎত্রগা অশাবা মহিনা উনশাদা হৈজিনবা থোক্লবদি শোক্লিবা মফম অদু লশিংনা চামথোকপীগদবনি। এন্টিসেপটিক নৎত্রগা শুনু মহি নৎত্রগা য়ুবী থাওগুম্বনা লশিং নৎত্রগা অমোনবা ফিনা চামথোকপীদুনা অশোকপা মফম অদু থন্বীগদবনি। ফিরোল য়াওনা হকচাং মৈ চাক্লবদি কোইচেন চেল্লোইদবনি। অশোকপা মীওইদু লৈমায়দা ফমহনবা নৎত্রগা ফাথবীদুনা অথাবা ফিনা কুপশিনবীগদবনি। লোয়ননা চাক্লিবা ফিরোল অদু লৌথোকপীনবা হোৎনবীগদবনি অদুগা অশোকপা মফম অদু এন্টিসেপটিক তৈবীরগা থন্বীগদবনি।

ঈশিংদা ঈরাক্লবা থোক্লবদি মফি-মরোল লৌথোকপীগদবনি অদুগা মমায়না মখাদা, মখোঙনা মথক্তা থাংগৎপীদুনা ঈশিং লৌথোকপীগদবনি। ঈরাক্লবা মীওই অদু ময়া কাথোকহনবীবগা লোয়ননা শ্বর হোলহন্নবা হোৎনবা অফবা ওইগনি। অশোকপা মীওই অদুগী মখ্বাংদা খূৎনা মেৎপীবা লোয়ননা য়ারিবমখৈ খৌনাওদগী ঈশিং লৌথোক্লবা য়ুংথদুনা থন্বীগদবনি। মসিগা লোয়ননা ফি অশাবনা মশাদু কুপশিনবীবা অমদি অশাবা শঙ্গোম নৎত্রগা চা ইনশিনবীবা কান্নবা ফংগনি। য়ারিবমখৈ খূৎশেমগী পাম্বৈ শীজিন্নদুনা শ্বর হোলহন্নবা হোৎনবীগদবনি। কোক নাকল অমদা লৈথোকহল্লগা খূৎশাশিং কোক মথক্তা থাংগৎতুনা য়া অমদি নাতোন থাংগৎপীবা কান্নগনি। অসুম্না অনাবা নৎত্রগা অশোকপা মীওই অদু নোর্মেল লাক্লবা হোৎনবগা লোয়ননা মশাদু নান্থবিগদবনি অমদি শ্বর শাংনা শাংনা হোলহনবীগদবনি।

নাতোন, খৌনাওদা, নাকোংদা নৎত্রগা মিৎতা করিগুম্বা পোৎশক অমা চঙখিবা থোক্লবদি অনা লায়েংশঙ য়ৌদ্রিঙৈদা য়ারিবমখৈ লৌথোক্লবা হোৎনবীগদবনি। নাতোন্দা চঙলগনা কামথোকপীবা নৎত্রগা লৌথোকপীবা ফৈ, খৌনাওদা ওইরগনা ওথোক্লবা হোৎনবীগদবনি। নাকোংদা ওইরগনা ফোরসেপকুম্বনা লৌথোকপীগদবনি, মিৎতা ওইরগনা অমোনবা ফিনা লৌথোকপীগদবনি। করিগুম্বদা হুগী মশক ওইবা লৌথোক্লবদি শঙ্গোম নৎত্রগা কোফিগুম্বা পীথকপীদুনা হকচাং তেকখৎহনবা ঙমগনি।

কনাগুম্বা মীওই অমা ইলেক্ট্রিক্লা চিংলবদি মফম চাবা য়েংলগা হিপথহনবগা লোয়ননা অশাবা মফমদা থন্বীবগা লোয়ননা চা নৎত্রগা কোফি নৎত্রগা শঙ্গোম পীথকপীবা কান্নগনি। অসুম্না অনাবা নৎত্রগা অশোকপা নংলবা মীওই অমবু লায়েংশঙদা পুদুনা ডাক্তরনা লায়েং চথদ্রিঙৈ অহানবা লায়েং চথবীবা অফবা অমদি অচুম্বা খোঙথাং ওইগনি। মরম অসিনা মহৈলোয়শঙ খুদিংমক্তা অহানবা লায়েংদা দরকার ওইবা পোৎলমশিং হায়বদি দিটোল, তিনচর আইওডিন, লশিং, বেন্দেজ, কাতি, ফোরসেপ, ব্রশ, পিন, বরনোল, টেনিক এসিট সোল্যুসন, মিৎকী দ্রোপর, বেটাদিন অমদি অতৈ অতৈ থৌরাং তৌদুনা থন্বীগদবনি। মসিদসু নত্তনা খুদক্কী ওইবা অশোক-অপন অমদি অনাবা য়াওরকপদা ঈংনা তপ্না ৱাখল ফাথবীবগা লোয়ননা পোত্থাহনবীবা অচুম্বা খোঙথাং ওইগনি। দরকার লৈরবদি অনকপা লায়েংশঙদা পুবীদুনা অনাবা অমদি অশোকপশিং ফগৎহন্নবা মীওই পূম্নমক্না হোৎনবীগদবনি। ●

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