থম্মোয় পাউদম হুইয়েন ইন্দু

মণিপুর'সিবু অশেঙবা ইন্দিয়াগী শরুক্লা?

ঙসিগী কোরৌ (সেপ্তেম্বর ২১) অসি মণিপুরগী ওইনদি খ্বাইদগী মহী ময়াই কনবা নুমিৎ অমা ওইরসনু হায়না তাইবং শেম্বা মপুনা লৈশেমঙৈদগী লেপখিবা ওইরম্বা তাই। ঙসিগী লাইরিক হৈবা, মীওইবা কাঙলুপ অমনা তাইবং লোনচৎ অসিবু তোঙান তোঙানবা হীরম ওইনা খায়দোক্তুনা নৈনরকপদা 'প্রি-দিতরমিনিজম-থিওরি' হায়বা অমা য়াওরম্মী। থিওরি অসিগী মতুংইন্ননি মীওইবনা 'লাইবক' হায়বা ৱাহৈ অসি শেম্লক্লিবা। পুন্সিদা থোক্লিবা থৌদোক ৱাথোক পুম্নমক লাইবক্তা তম্লম্বা ঙাক্তনি, ঙসি করি থোক্লদৌবা, হয়েং করি ওইর'দৌবা - হায়বনচিংবা পুম্নমক লাইবকসিদা হান্ননা লেপথোকখ্রবা ঙাক্তনি - চাওখৎলবা মতমগী হৈশিংলবা মীওইবনা করিসু তৌবা ঙম্লোই হায়বা ৱাখল্লোন (থিওরি) অমা। ৱাখল্লোন অসিগী মীৎয়েংদা য়েংলগনি ঐহাক্না অহৌবদা পঞ্জখিবা ...'মনীং মখা তম্বা লৈপাক অমা ওইনা লৈজরম্লগসু মণিপুর, ইন্দিয়াগী ফিবান্নুংদা চন্দুনা ইন্দিয়ন ষ্টেটঅমা ওইনা লৈরগনি হায়বসি, লাইবক ইবা (বিধি) কৌবা লাইদুনা ইদুনা থনম্লবনি ... ১৯৪৯ সেপ্তেম্বর ২১ দা নিংথৌ বোধচন্দ্রবু ইনিদয়াগী অঙম অথৌনা শিলংদা ফাবোই পুনবোই থম্লগা 'মণিপুর ভারত্তা পুনশিনবগী য়ান ৱারোলদা খুৎয়েক পীহন্দুনা ওক্তোবর ১৫, ১৯৪৯ দগী নাখৈ শেংনা মণিপুর ইনিদয়াগী শরুক অমা ওইখ্রবনি।

থিওরি অসি য়ানিংদবা মীওই কাঙলুপ অমসু লৈ। পুন্সিদা থোক্লিবা থৌদোক খুদিংমক, মীওইবা মশা মশানা তৌরিবা নৎত্রগা তৌখিবা থবক অদুনা ওইহল্লকপনি। কাঙলুপ নৎত্রগা ফুরুপ অমগী লুচিংবা (মমাংঙৈগীনা নিংথৌ) মানা লৌখিবা ৱারেপ, তৌখিবা থবক অদুনা মাগী তুংইনবা (মীচম প্রজা) শিং অদুগী লাইবক ওইরকই। মণিপুরগী নিংথৌ বোধচন্দ্রনা (মশানা য়ানিংনবু ওইরসু, নমফু শীজিন্নদুনবু ওইরবসু) মণিপুর কৌবা, চহী কয়াদগী মদোম মরোমদোম লৈঙাকচবা, নীংতম্বা লৈপাক অমা ওইরম্বা লমদম অসি ইন্দিয়াদা পুনশিল্লে হায়বা য়ান ৱারোল অদুদা খুৎয়েক পীরমদ্রবা, ঐখোয়গী লৈপাক, ঙসি ওইরিবা ফিবমসিদা শুকলৈ লৈরম্লোই। হেন্না চাওখৎলমগনি, নৎত্রগা হেন্না মরায় চায়থবা চাওখত্তবা লৈপাক অমা ওইরমনি - প্রোপোজিসন অনী থোক্লকই। নেগেতিভিজম অমদি পোজিতিভিজম, অনীনি। মণিপুরনা ইনিদয়ানাইজ তৌখিবা -অচুম্বা খোঙথাং অমনি হায়বা কাঙলুপ অমগা, অরানবা খোঙথাং অমনি হায়বা নাকপাক অমগা।

ঙসি, সেপ্তেম্বর ২১ - হৌখিবা চহী কয়াসিদা শক্তি লৈবা, অকন্নবা খুৎপু অমনা 'অমম্বা নুমিৎ' অমনি, মণিপুরনা ভারততা তিনবগী ৱারেপ লৌখিবা, তুংলমচৎ উদবা অমম্বা কোরৌশিং অসি হৌখিবা নুমিৎ অমা ওইনা নীংশিংগদবনি, য়ুমদই মপান থোক্কনু হায়দুনা য়াথং তৌরক্লি। নুমিৎসিদা লৌখিবা ৱারেপ, থবক ওন্থোকখিবা নুমিৎ 'ওক্তোবর ১৫' অদুসু অসিগুম্বা নুমিৎ অমা ওইনা পালন তৌরকখিনি। কিদুনবু ওইরবসু, তংখায় চুম্বা ৱা অমনি খন্দুনবু ওইরবসু, চহী কুন কুন্থ্রা লেপ্তুনা ৱাকৎ অমা তৌদুনসুম লাক্লবনা, ঙসিগী মীরোল অসিদদি পূমতোপ তোপ্পা পাউজেল অমা পীরক্লে - মণিপুরনা ইন্দিয়াদা তিনখিবা অরানবা খোঙথাং অমনি। ঙসিগী মীরোল অসিনা ফোংনা লাউরক্লে - মণিপুর মর্জর এগ্রিমেন্ট, আইনগী মীৎয়েংদা য়েংলবসু ভেলিদ ওইবা (চৎনবা য়াবা) দোক্যুমেন্ত অমা ওইদরে... মণিপুরনা ইন্দিয়াদা তিনদ্রিঙৈগী (প্রি-মর্জর) পোলিতিকল ষ্টেটস অদুদা অমুক হনজিনহনগদবনি। মণিপুর, ইন্দিয়াদগী তোখায় তাগদবনি, হান্নগী নীংতম্বা হনজিনহনগদবনি হায়বা ৱাকৎ অদুদি আইন্না য়াদবা, পোলিতিকল রিভোল্যুসনরি মুবমেন্তনি, ষ্টেটকী মথক্তা লানহৌবনি হায়দুনা পুন্সিচুপ্পা কৈশুমশঙদা থম্বা য়াই। শিবগী চৈরাক ফাওবা পীবা য়াই। আইনগী থোঙদা অরানবা ওইরবা এগ্রিমেন্ত অমগী তর্মস ওফ এগ্রিমেন্ততুগী মতুংইন্না নমদুনা লৌশিনখিবা লমদম অমা, হান্নগী থাক্তা হনজিনহনগদবনি হায়বা ৱাকৎ অসিদি - নীংতম অন্দোলন কৌরোইদ্রা? এন্তি-নেসনেলনি হায়রোইদ্রা? চমম্লনা হংনরিবা ৱাহং অমনি।

অদুগা, অতোপ্পা ৱাহং অমসু ইথন্তা হংজৈ চমম্লনা - মণিপুর কৌবা, নিংথৌ পানবা নীংতম্বা লৈপাক অসি ইন্দিয়াদা পুনশিনবা মতমদুদা, মণিপুরগুম বৃটিশকী খুত্তগী নীংতম্বদা ঙায়রিবা 'ইন্দিয়া' গী লৈঙাক-কাঙলোন (কন্সতিত্যুসন) ইবা লোইদরি। ইবা লোইদ্রিবা (লৈত্রিবা) কন্সতিত্যুসন অদুগী করম্বা আর্তিকলগী মতুংইন্না মণিপুর ইন্দিয়াদা পুনবনি হায়দৌরিবনো?

মণিপুরনা ইন্দিয়াদা পুনবগুম 'কাশ্মির'সু মতমদুদা ইন্দিয়াদা পুনখিবনি। খেন্নবা অমদি লৈ। মদুদি কাশ্মিরগী ষ্টেন্দষ্টিল এগ্রিমেন্ত ইন্সত্রুমেন্ত ওফ এক্সেসন অদুনা, ইন্দিয়াগী রুলর ওইদ্রবা বৃটিশশিংগা কাশ্মিরীশিংগা ইনবা লৈপাক পুনশিন ৱারোলনি, ইন্দিয়াগা ইনবা ৱারোল নত্তে। মণিপুর অমসুং ত্রিপুরানা ইন্দিয়াদা পুনবগী ৱারোলদুদি, মীয়াম্না খনবা মীহুৎনা শেম্বা লৈঙাক নত্তবা কেয়র তেকর গভর্নমেন্ট (বৃটিশশিংনা শেম্বীবা) অদুগা ফম তারবা নিংথৌদুগা ইনবনি। মণিপুরগী ওইনদি, এগ্রিমেন্ততু ইনবা মতমদা, মীয়ামগী মীখল পাঙথোক্তুনা মীয়ামগী মীহুৎনা শেম্বা লৈঙাক অমসু লৈরিবনি। অসিগুম্বা ৱারোলশিংসি খল্লুরগা খল্লকই - ইন্দিয়াদি দেমোক্রেসিবু ইকাইখুম্নদবা লৈবাক্লি। ঙসিগী মণিপুরগী অনৌবা মীরোলনা পেল্লক্তবগী জষ্টিফাইদ ওইবা মরম কয়া লৈ। অসিগুম্বা নিংঙাই চাউবা ফুরুপ অমা ওইরুবননি, মণিপুর ইন্দিয়ানা নমথদুনা থমদা য়াদে খল্লকখিবা।

লৌশিং পুক্কে

হুমাং মনম ঙাকথোক্নুবা পান্থে খরা

হুমাং তাবা থবক অমা তৌরুবা নত্রগা চেন চোংদুনা শান্নরুরবা মতুংদা হকচাং মনম নমথিবগী খুদোংচাদবা অসি মীওই অয়াম্বনা অদুমক মায়োক্লরিবনি। চাং খরা খেন্নজরবসু খুদোংচাদবা অসি মীওই অয়াম্বা ইনখৎলকপা মতমদা হেক হেক মায়োক্লে।

মেদিকেল সাইন্সকী লোলদা BROMHIDROSIS হায়না খঙনবা হকচাং মনম নমথিবগী থৌওং অসি এন্দ্রোজেন কৌবা হোর্মোন মখল অমনা ওইহল্লকপনি। ইনখৎলকপা, মপুং মরৈ ফারকপা মতমদা হোর্মোন মখল অসিগী চাং ৱাংখৎলকপা মরম্না হকচাং মনম নৎত্রগা হুমাং মনম নমথিবগী অৱাবা অসি হেক হেক মায়োক্লে। পীক্ত-পীক্লিবা অঙাংশিংদি হোর্মোন মখল অসিগী চাং নেম্বা মরম্না হুমাং মনম নমথিদে।

তশেংবদি হুমাং হায়বসি করিগুম্বা মখলগী মনম অমত্তা চেন্দবা মহীনি। বেক্টরিয়ানা হুমাং মরক্তা য়াওদুনা উনশাদা য়াওবা কেরাটিন কৌবা প্রোটিন মখল অমা বেকদাওন তৌহনবদগী হকচাং মনম নমথিরকপনি।

কনাগুম্বা অমনা হকচাং শাজেল তৌবা নৎত্রগা নুংশা মরক্তা চৎপা মতমদা হুমাং থোরকই। তশেংবদি হুমাং থোরকপা হায়বসি হকচাংগী অঙৈং অশা (টেম্পরেচর) খল মান্ননা থম্নবা হোৎনবদা মশা মথন্তা পাঙথোকচবা হকচাংগী মথৌ অমনি। হকচাংদগী থোরকপা হুমাংনা উনশাদা পকপা বেক্টরিয়াগা পূনখ্রবা মতমদা মনম অমা থোরকই। মসিবু হুমাং মনম হায়না খঙনৈ।

হকচাং মনম নমথিবা কোকহন্নবা অচম্বা পান্থে খরদং খঙমিন্নসিঃ-

- তুম্বা চঙলমদাইদা হুমাং থোক্তবা মতমদা এন্টিপরস্পিরেন্ট অমা হকচাং শীনবা থুংনা তৈগদবনি। অয়ুক্তা ইরুজ-মায়থজবা লোইরগা তৈবা তারবদি হুমাং থোকপদা লোইনা য়াওখিবা মরম্না তুম্লমদাইদা তৈবনা হেন্না ফৈ।
- য়ারিবমখৈ শেগ্রাক্কী শরুক কংনা থমগদবনি। অকংবা মফমদা বেক্টরিয়ানা মচা পোকপা ঙমদবা মরম্না মনম নমথিহনবা ঙমদে।
- ঈশিং কপ অমদা হাইড্রোজেন পেরোক্সাইদ চামচ অমা য়ানশিল্লগা ফিনা লুপ্তুনা শেগ্রাক অমদি খোঙয়ানচিংবা মনম চেনগদবা মফমশিং তোয়না তৈথোকনানথোকপা কান্নগনি।
- শেগ্রাক্তা হৌবা শমশিং শেংনা ফান্দোক্লবদি হুমাং থোকপা অমসুং বেক্টরিয়া লৈবগী চাং হন্থহন্দুনা শেগ্রাক মনম নমথিবগী চাং হন্থহল্লি।
- অমাং অশেংগী ৱাফম্না তোঙান্না থমখ্রগা নুমিৎ খুদিংগী তঙাই ফদনা ইরুজ-মাইথজদুনা অশুবা ফিরোলতমক শেৎকদনি। ইরুজবা হায়বসিনা হুমাং চামথোকপগা লোয়ননা উনশাদা পকপা বেক্টরিয়া মশিং হন্থহল্লি। মসিনা হকচাং মনম নমথিবগী চাংসু হন্থহল্লি।

এন্টিবেক্টরিয়ল সোপ শিজিন্নবা ঃ অফবা মখলগী মহীক মতাই হাংপা ঙম্বা মচল য়াওবা সাপোন শিজিন্নদুনা ইরুজবা মতমদা হকচাংদা পকপা বেক্টরিয়া মশিং হন্থহন্দুনা মনম নমথিবা ফহল্লি।

- ইরুজবা লোইরগা কাচিন-কোয়া শিনবা থুংনা শেংনা অমসুং কংনা তৈথোক্কদবনি। তৈথোকপা শেংদবা মফমদা পকহৌবা মহীক্লা মচা পোকথোরক্তুনা হকচাংবু মনম নমথিনবগী মরম ওইহল্লকই। ঐখোয়না চারিবা চীঞ্জাক্না হকচাংগী মনমগা য়াম্না নক্নবা মরী লৈনৈ। মরম অদুনা হকচাংদা নমথিবা মনম চেলহনগদবা চীঞ্জাকশিং চারোইদবনি।
- মৈখু শিজিন্নবনসু হকচাং মনম নমথিহন্নবগী অচৌবা মরম ওইবা মরম্না হৈনবী অসি থাদোক্কদবনি।

মথক্কী কাংলোনশিং অসি ঙাক্না চৎলবসু হকচাংগী মনম নমথিবা কোকহনবা ঙমদ্রবদি BROMHI-DROSIS কৌবা হোর্মোনগী খল কায়রকপগী অশোয়বা নৎত্রগা অতৈ অতোপ্পা হকচাংগী অশোয়বা লৈরম্বা য়াবা মরম্না দোক্টর অমগা তান্নগদবনি।

মমি ৱারী

ইকোজ ওফ ইনোসেন্স। ভারত ৱাংখৈময়ুম