নুপীনা ময়াই কাবা চিঙ্গাক শীজিন্নবা হেনগৎলকপা অমসুং মসিনা থোকহনবা অমাঙবশিং

— ডা. সোরাম মনিকান্ত —

সিনিয়র কন্সলটেন্ট সাইকিয়াত্রিষ্ট
dr.smanikanta@gmail.com

মণিপুরগী পুৱারী ফাকুৎতুনা য়েংবদা নুপানা ময়াই কাবা পোৎশক শীজিন্নবা মরু ওইনা যু থক্লগা খৎন-চৈনবা, হাৎন-শুনবা, নমদুনা মশা য়াদনা নুপী চিংবা লন্বী লক্ম্াংদা, অচৎ-অওক্তা অকায়বা পীবা মতমদা নুপী কয়া থোরক্তুনা নিশা বন্দি শেমদুনা যুগী মায়োক্তা তৌখিবা থবক, লৌখিবা থৌদাং ঙসি ফাওবা কনানসু কাউবা ঙম্লোই। মৈরা পায়বী কয়া থোরক্তুনা খুন্নাই অসিগী নহা ওইরিবা মীওই নিশাগী ঈপাক্তগী কন্নবা হোৎনবদা লৌখিবা থৌদাং ঙসি ফাওবা মুৎনাইদনা লৈরি। মসি হায় হায়দুনসু নুপীনা ময়াই কাবা পোৎশক শীজিন্নদে হায়বদি লানগনি। মতম অমদা নুপীনা মফম মতমগী মতুংইন্না ময়াই কাবা পোৎশক - হীদাক মনা উন্বা, চুরুট-বিড়ি চিংবা, খুদোং হান্দুনা থকপা চৎনরম্মী। অদুবু মীওইশিং অসি মীয়াই চল্লবা ঙাক্তনি। শীজিন্নবগী থৌওংদি লিচৎ (Religion) কা মরী লৈনবা থৌদোক, ৱারী/লাইরিক তাবা অমসুং লৌউ-লৌরোক পান্থাদা হৈথা-পোৎথাদা চুরুট/বিড়ি য়েনবগী চৎনবী লৈরম্মী। মচা-মমৌশিংনা মকু-মনেমগী খুদোং হানবা চৎনরম্মী।

ময়াই কাবা পোৎশক শীজিন্নবদা নুপা নুপী অনীগী মরক্তা খেন্নবা কয়ামরুম উবা ফংগনি। বাইওলোজিকেল সেক্স খেন্নবগী মতুংইন্না নুপীনা অঙাং পোক্কনি অমসুং মীওইবা ফুরুপকী লিখুল ঙাক্কনি। ঐখোয়গী ইপানাৎ-ইপুনাৎ অসিনসু নুপীশিংগী থৌদাং তোঙান্না উহল্লি। নুপী হায়বসি মপুরোয়বা নীংবা, মচা চাওনবা য়োকপা, পীজ পীথক তৌবা, মনেম মকুগী থৌগল তৌবা, যূম পুবা, ঈংবা-তপ্পা, হৌন-লোনচৎ খঙবা, মমা অমা ওইবগী মতিক ময়াই চেনবা পূন্নমক অসি নুপী অমা ওইবগী হৌন-লোনচৎশিংনি। মরম অসিনা নুপী ওইবীশিংনা ময়াই কাবা পোৎশক শীজিন্নবা হায়বসি খুন্নাইনা অয়াবা পীদে। অসিদসু নত্তনা ময়াই কাবা চিঙ্গাক শীজিন্নবা মতমদা নুপীনা নুপাদগী হেন্না হকচাং শোক্লিংঙাই ওই। মসিনা নুপীগী হোর্মোন, থাগী খোঙকাপ্তা অকায়বা লাকপা, মিরোনবা ঙমদবা, মীরোল্লবসু অঙাং নাওয়ে চৎপা, চাওদম থিবা, অঙাংগী অরূন্বা হন্থবা, থা শুদনা পোকপা নৎত্রগা শিনা পোকপা, হকচাং শোইনাইবা কয়া থোকপা য়াই। থম্মোয় (হার্ট) অমসুং পূক্লিং ৱাখলগী লায়না নাবগী চাং হেল্লি। নুপাগা চাংদম্নবা মতমদা চাং হন্থনা অমসুং মতম কুইদনা ময়াই কাবা চিঙ্গাক শীজিন্নরবসু হকচাং শোকপগী চাংদি নুপীদনা য়াম্না হেল্লি। শীজিন্নবা হৌখ্রবদি নুপীনা হেন্না ময়াই কাবা পোৎশক শীজিন্ননীংবা ফাওই অমসুং শীজিন্নবা তোল্লবা মতুংদা অমুক হন্না শীজিন্নবগী চাং ৱাংই।

মীরোল্লিঙৈদা ময়াই কাবা পোৎশক Tobacco (জর্দা, খৈনি, চুরুট/বিড়ি), যু, গঞ্জা, কানি, হিরোইন, দব্লিয়ু টাই টেব্লেট, স্লীপিং পিল্লস অসিনচিংবা শীজিন্নবনা মাইগ্রেন, বি পি ৱাংবা, শারৈ হৌবা কয়া থোকহনবা য়াই। অসিদসু নত্তনা মমা পুক্নুংদা লৈরিবা অঙাং অদুদসু চাওনা শোকই। মীরোল্লিঙৈদা ময়াই কাবা চিঙ্গাক শীজিন্নবনা অঙাং অদু পোল্লবা মতুংদা Withdrawl গী লাইওং কয়ামরুম থেংনবা য়াই। মসিবু Neonatal Abstinence Syndrome (NAS) হায়না খঙনৈ। মরু ওইবা লাইওং খরদি - খোঙ হামথবা, কা হেন্না কপ্পা, মশা শাগৎপা, মিহুল হুনবগী চাং কা হেন্না ৱাংবা, পোত্থাফম খঙদবা, থকউ/চিংউ য়াদবা, নিংশা শ্বর থুনা থুনা হোনবা, তূন্বা য়াদবা, হকচাং/খুৎ-শা নিকপা, ওবা, য়াং চিংনবা ফাওবা থেংনবা য়াই। অসিদসু নত্তনা পোক্কদৌরিবা অঙাং অদু শোইনাইবা, থা শুদনা পোকপা, অঙাংগী অরূন্বা হন্থবা, চাওদম থিবা, পোকপদা শিবা অসিনচিংবা থোকপসু য়াই। খোমজিংবী মমানা যু, টোবাকো, গঞ্জা শীজিন্নবা থোল্লবদি অঙাং অদুদসু মসিগী শরুক খরা য়াওখিবা য়াই। মসিনা অঙাং অদুগী ব্রেন দিভেলপমেন্টতা অকায়বা পী।

হৌখিবা চহী খরা অসিদা নুপীনা ময়াই কাবা চিঙ্গাক শীজিন্নবগী চাং খংহেন হেনগৎলকখি। মসিগী মরম কয়ামরুম লৈবা য়াই। অঙাং ওইরিঙৈদা তাথী তাওইনা তৌবীবা, ইমুং মনুংদা অশি-অনা কয়া নংখিবা, নুপী ওইবীগী ইকায়খুম্নবা মাঙহনবীখিবা, ৱাখল লায়না মরু ওইনা ৱাখল পিকথবা (দিপ্রেসন), পূক্লিং লৈতাফম খঙদবা (এঞ্জাইটি), ইমুং মনুং তোয়না খৎন-চৈনবা, মপুরোয়বনা ময়াই কাবা চিঙ্গাক শীজিন্নবা, ইমুং মনুংগী মীওইশিংদা ময়াই কাবা পোৎশক শীজিন্নবা, শেল থুমগী ফীভম ফত্তবা, মপুরোয়বা খাইনবা নৎত্রগা লৈখিদবা, খাইনরবা মতুংদা মচা লৌবীখিবা/মুনবিখিবা, মচা লৈখিদবা, মপুরোয়বা কুম লায়না নাদুনা ফমুংদা তাদুনা লৈবা। অসিগুম্বা মরম কয়ামরুম অসিনা ঙসিদি নুপীনা ময়াই কাবা চিঙ্গাক শীজিন্নবগী চাং খংহেন হেনগৎলকই। চহী নিফুগী মমাঙদা ওইরম্বগা ঙসিগা য়াম্না খেন্নরে। নুপা মঙাগী চাংদা নুপী অমনা ময়াই কাবা চিঙ্গাক শীজিন্নবা অদু ঙসিদি নুপা অহুমদা নুপী অনীগী চাংদা শীজিন্নবা থেংনরে। চহী নৌরিবা হায়বদি চহী ১২-১৭ ফাওবদা লৈবা নুপীমচাশিংনা নুপামচাদগী টোবাকো শীজিন্নবগী মশীং হেল্লি। মসিমক য়াম্না নুংনাংনীংঙাইনি।

নুপীনা য়াম্না তোয়না শীজিন্নবা ময়াই কাবা পোৎশক খরদি : ১) টোবাকো : মসি শীজিন্নবগী চাং অসি কোভিদ লাইচৎ মনুংসিদা খরা হেল্লি। চীং অমসুং তম অনীমক্তা খৈনি, জর্দা মরু ওইনা ক্বা জর্দা চাবগী চাং ৱাংই। মসিগী খুদম হায়ববু কোভিদ লাইচৎ মনুংদা ক্বা জর্দা মতপ অমদা লুপা ৫০ য়ৌখিবা অমসুং মদু ফংনবা হোৎনবদা নুপী কয়ানা ক্বা থিবা থোরকপগী থৌওং কয়া লৈখিবা অদুনি। মসিগী মরুমদা পোৎয়ান য়াওরবা জর্দা কৌতা লল্লোনবা কাঙবু অমসু লৈরম্বা য়াই হায়বগী চিংনবা লৈখি। মার্কেটতা ফংলিবা টোবাকোগী পোত্থোক অয়াম্বা মখল মখা কয়াগী হকচাং শোক্লিংঙাই ওইবা পোৎশক লিশীং মরিগী মথক্তা য়াওই। মসিনা মখল মখা কয়াগী লায়না থোকহল্লি। অপূনবা কেন্সর লায়নাগী চাদা নিফুদি টোবাকো শীজিন্নবনা ওইহল্লি। ২) যু (অলকোহোল) : নুপীনা যু থকপগী চাং লমদম অসিদসু হেনগৎলল্লি। মসি কাঙলূপ অহুম থোক্না য়েংবা য়াই। অহানবদা ইনখৎলল্লিবা নুপীমচাশিং, অনীশুবদা যূম পাল্লবা নৎত্রগা চহী খরা লৈশিল্লবা কাঙলূপ/মখোয়শিং অসি অয়াম্বনা পুন্সিগী তাংকক কয়াদা অৱা চৈথেং নংলবা মীওইশিংনি। খুদম ওইনা অঙাং ওইরিঙৈদা মীওৎ-মীনৈ কয়া নংলবা, মৱা মপুরোইবা কায়নখিবা, শেল থুমগী ফীভম ফত্তবা, নোংমগী শুরগা চরা তানবা নুপীশিং, মপুরোইবদু যু থকপা কাঙবু, সেক্স ৱার্কর ওইনা লৈবা কাঙলূপ। অহুমশুবদা লন্নাই নৎত্রগা লৈঙাক্কী লোয়শঙদা থবক তৌরিবা, থাগী রিগ্যুলর ইনকম ফংলিবা নুপীশিং। ইনখৎলল্লিবা নুপীমচাশিংনা বর্থদে, পিকনিক অমদি স্পেসল ওকেজন কয়াদা বীয়র থকপা, হ্বিস্কি মহাউ তংবা অমদি শীজিন্নবগী চাং ৱাংখৎলল্লি। থবক তৌরিবা (এমপ্লোইদ্ ৱিমেন) শিংনা পার্টি তোয়না তৌবা, লম-তু চৎপা, ওফিসকী থবক থৌরম কয়াদা যু থকপা হেনগৎলক্লে। মথক্তা পনখ্রিবা অনীশুবা কাঙলূপ্তা লৈবা নুপীশিং অসিনা হেন্না খুদোংথিনীংঙাই ওই। মখোয়শিং অসি নিতিগী নৎত্রবসু তোয়না শীজিন্নবা হেল্লি। মখোয়না শীজিন্নরিবা যু মখল অসি অলকোহোলগী চাং হেন্না য়াওবদা নত্তনা পোৎয়ান কয়ামরুম য়াওবা যু মখলশিংনি। মসিনা হকচাং শোকপগী চাং য়াম্না হেল্লি। মসিগী থৌওং অসি সুম চথবা তারবদি হোস্পিটালদা লায়েংবা লাকপামীগী মশীং নুপীনা য়াম্না হেনগনি। খুন্নাইগী চৎনবী কিবদগী লায়েংবা থোরক্তবসু কোঙ্গাইনি। ৩) স্লীপিং পিল্লস : ৱাখল লৈতাদবা, চরাংনবা, তূন্বা য়াদবা, পূক্লিং ৱাবা, মচামৱাগী তেংবাঙ (সপোর্ট) ফংবা ৱাৎপা, শেল থুমগী ফীভম নাতে চাদবা নুপী ওইবী কয়ানা লায়েংবগী খুদোংচাবা ৱাৎপদগী Prescription Drug কয়া ডাক্তরগা মখা তানা তান্নবা তৌদনা চাবা থেংনৈ। অসুম্না তৌবা অসিনা মমৈথংদা মখল মখা কয়াগী ময়াই কাবা পোৎশক শীজিন্নরকপগী অচৌবা মরম অমা ওইহল্লি। ৪) হিরোইন : লমদম অসিদা হিরোইন শীজিন্নবা নুপী মশীং য়াম্না লৈ। মখোয়শিং অসি অয়াম্বনা ইঞ্জেক্টিং ড্রগ যুজরনি। হিরোইন শীজিন্নবগী হৈনবী তোকপা ঙমদবদগী শেন্দাল লন্বী ওইনা সেক্স ৱার্কর ওইনসু থবক তৌই। ড্রগ পুথোক পুশিন তৌবগী থবক্তসু চেন্নৈ। হীদাক কাপ্পগী হৈনবী লৈবদা নত্তনা সেক্স ৱার্কর ওইনা থবক তৌবা মরম্না মখোয়দা মখল মখা কয়াগী লায়না মরু ওইনা ঐচ আই ভি, হেপাটিটিস বি/সী অমসুং ফিনুংগী লায়না নাবগী চাং ৱাংই। ৫) গঞ্জা (Cannabis) : মণিপুরদা গঞ্জা মরাং কায়না ফংই। মসি নুপীনা কয়া য়াম্না শীজিন্নবগে হায়বগী অকক্নবা মশীং খঙদ্রবসু নুপীনা গঞ্জা শীজিন্নবগী থৌওং কয়ামরুম লৈ। ৬) ষ্টিমুলেন্ট : ম্যান্মারগী শান ষ্টেট অসি দব্লিয়ু ৱাই টেব্লেট খ্বাইদগী হেন্না পুথোকপা মফম অমনি। নোংমা কাংদনা লমদম অসিদা দব্লিয়ু ৱাই (ৱর্ল্ড ইজ য়োরস) গুলি মশীং খঙদনা পুশিল্লক্লি। মরাং কায়না ফংবা ষ্টিমুলেন্ট ড্রগ অমা হায়বা তারবদি দব্লিয়ু ৱাই টেব্লেট অসিসু অমনি। লমদম অসিদা নুপীনা ময়াই কাবা পোৎশক শীজিন্নবা হেনগৎলকপগা লোয়নননা দব্লিয়ু ৱাই টেব্লেট নোংমদি শোয়দনা শীজিন্নরক্লোই হায়নীংঙাই লৈতে।

থমজনীংবা ৱাফমদি নুপীশিংনা ময়াই কাবা চিঙ্গাক শীজিন্নবা হেনগৎলল্লিবা অসি থিংনবা থৌরাং অমা ওইনা ঐখোয় পূন্না হৌজিক ওইরিবা ফিভম তুংদা ওইরক্কদবা অমাঙবশিং অদু খঙমিন্নবা মথৌ তাই। মদু নৎত্রবদি ঐখোয়গী খুন্নাই মুৎখিবা য়ানা লৈ। ঐখোয়গী খুন্নাইদা ময়াই কাবা পোৎশক শিজিন্নবা নুপীশিংবু মখোয়গী অৱাবা খঙবীদুনা মতেং পাংনবা হোৎনবগী মহুত্তা লমচৎ নাইদবা, মোরেল য়াওদবা, হৌন-লোনচৎ খঙদবা, নুপী ওইবগী মগুন চেন্দবা, খুন্নাইগী মায়োক্তা লৈবা, মমা-মপা, শাগৈ নাতে অমদি নুপী খুন্নাই চেন্থনবা পোকপা মীশক অমা ওইনা লৌই। মরম অসিনা মখোয়বু ইমুং-মনুং, কৈরোই লৈকায়না সপোর্ট তৌবা ৱাৎলি। নারবা মতমদসু মীনোক মীশা কিবদগী লোৎশিন্দুনা থম্মী। অসিদসু নত্তনা তোঙানবা নুপীগী ওইনা নিশাদা লাইচুরবশিংগী লায়েংফম লৈতে। অমা/অনী লৈরবসু মদুদা মপূং ফানা লায়েংবগী খুদোংচাবা ফংদে। নুপাশিংগী ওইনা রিহেবিলিটেসন সেন্টর কয়া লৈ। মসিদা নুমিৎ কয়া, থা কয়া লৈদুনা লায়েংনবা হোৎনরি। অদুবু মসিগী থৌওং অসি নুপীদদি ইরায় লায়না হেক্তা ওইবা য়াদে। নুপী অমনা ময়ূম থাদোক্তুনা লায়েংবা মতমদা ইমুং অদুদা ওইহৌগদবা মওং খন্নদবা য়ারোই। ইমুং মনুং, মচা মশু, লৈত-লায়রবা, মৱা মপুরোইবা কনানা য়েংশিনবীগনি। যূম অমা পুবদা নুপী ওইবীগী থৌদাং য়াম্না চাওই। মসি পূন্নমক অসি খন্নবা য়াম্নমক মথৌ তাই। মরম অসিনা নুপী অমগী লায়েং মওংদা খেন্নবা কয়া লৈগনি। নুপী অদুগী ওইরিবা ফীভম খুদম ওইনা মীরোনদ্রিবা, মীরোল্লিবা, খোমজিংবী নৎত্রগা পূক্লিং ৱাখলগী লায়না পূন্নমক পূন্না য়েংবা চঙই। মীরোনবী ওইরগনা পোক্কদৌরিবা অঙাং অদু কুপ্না য়েংশিনবা চংই। অঙাং উন্নরবা মতুংদসু অঙাং নাওয়োক্কী মরমদা তাকপী তন্বীবা মথৌ তাই। মরম ময়াম অসিনা নুপীশিংগী ওইবা লায়েংগা খেন্নবা লৈগনি। পূন্নমক অসি খঙনা লৈঙাক্না নুপীশিংতগী ওইবা লায়েংশঙ (রিহেবিলিটেসন সেন্টর) লিংখৎপা মথৌ তারি। হন্দক্তা ওনরেবল চীফ মিনিষ্টরনা তোঙান তোঙানবা মফমদা "ড্রগ ত্রিটমেন্ট সেন্টর" মরি/মঙা হাংদোক্লগনি হায়বা ৱাফম অসিমক্তি পূক্লিং য়াম্না থৌগৎনীংঙাইনি। অদুবু অসিগুম্বা হাংদোক্কদৌরিবা রিহেবিলিটেসন সেন্টর অসি নুপীগী ওইবা অখন্নবা লায়েংফম ওইহন্নীংই। ●

যু ঙাওবনা পোৎলোইবা খুন্নাই অমা ওইরে

(মীনুংশি য়াওদ্রবা, থকসি খাসি লৈত্রবা, ধর্ম্ম-কর্ম্ম করিনো খঙদ্রবা, মীনা শা ওল্লবরা?)

— মুতুম শান্তি —

লমদমসিগী কৈরোই লৈকায়, শাগৈ, ইমুং-মনুংদা মীওইবা ওইনা পোক্তুনা নুংশি চান্ননা হিংমিন্নসি। ঐখোয়গী তেল্লবা পুন্সি খোঙচৎপু পোকপদগী শিবা হায়বসিনা ওইরক্লি। মীওইবা ঐখোয়গী পুন্সি অঙাং ওইরম্বদগী মীয়াই চনশিল্লকপা, থংনবা মীৎকুপ্তুনা অহলগী মতম ওইরক্তুনা শিবা হায়বদু ওইরক্লি। ঐখোয় মশেল অমগা অমগা নুংশি চান্ননা হিংমিন্নরকখিবা ঙাক্তনি। পূন্নমক নোংমদি শোয়দনা শিগদৌরিবনি। শিগনি কাউথোকপা মীনা খৎনরি, চৈনরি, লাউনরি। শিবা হায়বসি অরোইবনি। হিংবা হায়বসিনা থৱায়গা হকচাংগা অনী পূন্না লৈমিন্নরিঙৈ মতম অসিবুনি। থৱায়গা হকচাংগা খাইনবা নুমিৎ অদুবু ঐখোয়না শিরে হায়নরি। শিরবা মতুংদা নুংশিরবা ইমা-ইপা, ইপু-ইবেন, অহল-লমন, লাই-গুরু অমদি মনুং মতম চাদনা লৈখিদ্রবা কয়াগী থৱায় য়াওদ্রবা হকচাং মৈ থাদুনা অরোইবা মথৌ মঙম পাঙথোকপদা শানৈ যুনৈরিবা কয়া অসিবু মালেমগী করম্বা মফমদা লৈরমগদগে? মীতৈ ঐখোয়গী মীনুংশি য়াওদ্রবা খুন্নাই অমা ওইরকপনা, পোক্নফম ইমা লৈবাক্তগী খোঙ্গুল মূথৎপা লন্বীদা খোঙদারল্লিব্রা? য়েংহৈদ্রবা অসিগুম্বা ফত্তবনা মাঙ থাবা, অওনবা অসি চপ মান্নবা মীৎয়েং অমদা মরূ ফংনা মূথৎখ্রসি। লমদমসিদা পোকচরুবা ঐখোয় পূন্নমক্না থৱায়না লাইরমলেন্দা চৎখিবা মতমদা নাইতোম তাহৌরবা হকচাং পোল্লাংবু চৎনবীগী মরুমদা মপুগী মীংখৈ শোনবীদুনা অরোইবা মীৎকুপ ওইহনসি। লৈকায় খুদিংদা লৈরিবা যূমথোঙ খুদিংদগী নুপা অমমম থোকপীদুনা মতম শাংনা লৈমিন্নরম্বা নুংশিরবা লৈখিদ্রবা পূন্নমকপু মথৌ মঙম নিংথিনা পাঙথোকপীয়ু হায়না অইবীনা পাউচেগী থোঙদা হন্না হন্না কোক নোন্না খুরুমজরি। নাৎকী ওইবা চৎনবীগী মরুমদা পুরোহিৎ অমদি মাইবনা মপুগী মিংখৈ শোনবীবা, অচংথোঙ হাংবা অশিথোঙ থিংবনচিংবা কয়াবু পাঙথোকপীরি।

পোল্লবদি নোংমদি শোয়দনা শিরগদবা, শিবগী লমন তোল্লগা হিংলিবা ঐখোয় নুংশিনসি। নুংশিবা হায়বা পোৎশক অসিদি মালেমগী কৈথেলদা য়োনদে। নুংশিবনা খুদিংমক খুদুম চনবা ঙম্মী। ইথক থোংবা, ইখা থাবা, অহল-লমন ঐখোয় মশেল অমনা অমবু থকসি-খাসি খঙনা হিংমিন্নসি। লমচৎ-শাজৎ হায়বসি নুংশিবগী চাউরবা ঈশিং ঈচেল অমগুম্বনি। লৈমিন্নরিবা, উন্নরিবা, চামিন্নরিবা, অৱা নুংঙাই লন্বীদা মরুপ ওইরিবা নুপী-নুপা তিন্নবদা অরানবা মীৎয়েং থম্বা, ফত্তবা ৱাখল হেন্না খনজিনবসু অফবা নত্তে। ঐখোয়গী খুন্নাইসিদা হিংলিবা মীওইশিংনা মীগী মরমদা ৱারী শানবা, ৱারেম ঙাঙদুনা মতম খক মাঙহনবীগনু। মীৎকুপ অমগী মতম মাঙহন্দনা ঐখোয় থবক কন্না শুসি, ঐগী ইতৌবু ইমুংগী পীল্লিবা অঙাংশিংনা তল্লক্কনি। তল্লক্কদবা পাড়া অদুবু লাইসু কৌই।

মীওইবগী খ্বাইদগী চাওবা গুনদি লাইরিক্তগী, লাইশুনা ওইরি। লাইরিক ফনা হৈদুনসু লাইশুগী মতিক মগুন য়াওদ্রবা মীদি মী নত্তে। ইমুংগী অহলশিংনা মখা থাবশিংদা চৈবা-ঙাঙবা মতমদা মুন্না তাদুনা, হায়বা ইনবা, মরু-লুকথদুনা ৱাখল খনবা মচাশিংনা মীথোই মীহেনবা ওইখি। অহল লম্মননা হায়বা ইন্দবা মচাশিংনা পুন্সিগী লন্বীদা লম্মাংনরি। লম্মাংনরবা পুন্সিনা ৱানা হিংলি। ইমুংগী অহলশিং নুপী-নুপা অনীমক্না হৌরল্লিবা পীল্লিবা ইচা ইশুশিংবু অফবা লন্বীদা লমজিংবীরসি। ফত্তবা মরম খরদং পঞ্জরবদা - নুপানা যু ঙাওদুনা হিংলিবশিং, অমনা নুপীনা যূমথোঙ খুদিং চৎতুনা ৱারী শাবা, লৈকায়, হোটেলদা অয়ূক অঙনবদগী ফমদুনা ৱারেম ঙাঙবা, মচা মমৌবু মচা নিঙোলগুম নুংশিবা ঙমদবা, লৈকায়দা হুন্দুনা ফত্তবা ৱারী শাবগী হৈনবী থাদোকপীয়ু। মবোক ওইরিবশিংনা মশুশিংবু চপ মান্নবা মীৎয়েংদা নুংশিবীদবা, খেন্নবা থম্বীবা, অপংবা মবোক ওইবীগী হৈনবী থাদোকপীয়ু। নুংশিখিদবা ইশু অদুনা মবোকপু নুংশিবা ঙমখিগদ্রা? অসুম্না নুংশিবগী ওন্ন-তৈনবদা ফত্তবগী ৱাখল শাওনীংবগী ৱারীনা কাউথোকপা ঙমদবা মীওইপোক ওইখিবা কয়ানি।

সংসারসিদা মমা মপানা মচাবু নুংশিদবা লৈরমগদ্রা? মচানসু মমা মপাবু নুংশিদবা লৈরমগদ্রা? শুকলৈ লৈতে। অদুবু হৌজিক্কী চাওখৎলবা মতমসিদদি মচানা মমা মপা নুংশিদবা ময়েক শেংনা উরে। হন্না য়েংবীদ্রবা মমা মপাদুনদি মচাশিংবু নুংশিনা শোন্দুনা অদুম লৈহৌরি। অঙাং ওইরিঙৈ মপী লাইরিক্তগী তন্বীরকপা 'তুরেল ঈশিং হঙ্গৎনা চেন্দে' হায়বদু নীংশিংলকই। মচাশিংগী পাউখুম্না থবক চিনবনা মমা মপাবু য়েংশিনবা ঙমদে খুল্লি। মমা মপাদগী থবক্না হেন্না লুরিবনি। নুংশিবগী মমি মাঙখ্রবা মতমসিগী অওনবা, চাওখৎলে খল্লিবরা? লিননা চিকপা মীনা লিনগী মহু খঙবগুম মচানা অমুক মঙোন্দা হল্লকপা ওইরসনু। মীওইবসি মশাদা হেক থেংনবনা অশেংবা শক্তম উবা ফংলি।

ইমুং অমদা লৈমিন্নবা মমা মপা, মচিল মনাও, মচানুপা-নুপী, ইমৌনুপী, ইশুশিং মরক্তা ৱাহৈ ৱাতা, ৱাঙাঙ খরা শোয়নবদা হন্না য়েংনদবা কয়াসু য়াওরি। মসি অফবগী খুদম নত্তে। পুন্সিসি পেন্থোক্লবা অমসু দরকার ওইরি। ঐখোয়সি অশিবা মচানি কাউফদে। পুন্সিগী শাংলবা লন্বীদা ঐগী ইচাগী, ইশুগী মরল মথুম থল্লম্নবা হুরান চিন্থি তৌদুনা অমন্বা লন্বীদা খোঙদানরল্লি। অরেম্বা শেল চীংমুক ৱাংনা থল্লম্বদি ঙমখিবা য়াই, লেমহৌরিবা পুন্সি অমদি হৌরল্লিবা ইচা, ইশুদি নোরোক্কী কোমদা লংথবীরল্লবনি। করিসু খঙজদবা অঙাংশিংগী পুন্সি মহিংদি অৱাবদা অৱাবা ওইরি। হুরানবদা মখল অনী শুরি। ঙসিগী চনীংঙাই লৈতবগী হুরানবা অমা, অনীশুবদা লন থুম পৈশিন্নবগী হুরানবা অমা। কৈথেলগী থোং মথক্তা থবক শুবগী নেকপা লাকপা ঙাইরিবা শিন্নীশিংনা নোংঙানবদগী মতম মাঙনা ঙাইজরকপা, থবক শুফম ফংদবনা ময়ূমদা হনবা মতমদা চানীংঙাই লৈতবগী হুরানবসি তাইবঙ মপুনা উরিবনি। মহাক্কীদি অমরোমদা পাপ লৈরমলোইদ্রা? ইনাকখুনবা ইমুংনা অহেনবা পান্থদগী শেঞ্জাও হুরানবা কয়ানা নোক খেদুনা লেল্লিবা পুন্সি অসি উরুবদা য়াম্না ইকায়নীংঙাইনি। মখোয়সি সমাজগী মহীকনি।

হিংলম্বগী মমি তাররোইদবা, শিবদা কপনীংদবা, পোকপদা হরাওদবা জীব মখল অমগী পুন্সিনি। হুরানবগী তরানি মপুগীদি নোংমা হায়বা নুমিৎ য়ৌরকপদা কৈশুমশঙদা লৈরি। মীনম্বা, হুরান্দুনা যূমগী নুপী হরাওনবা পুরকপা অচৌবা শেনফমনা সনা শীখিবা, যূম অৱাংবা শাখিবা, গাড়ী মমল অয়াম্বা তোংখিবা পূন্নমক কোর্ট অমুবা লিৎপনা লোইনা লৌথোকপীখ্রে। তাকুগী মখূৎতগী তকাতিনা লৌথোকখ্রে। মসিনা মীওইবনা পীবা চৈরোকনি। ফত্তবা তৌরম্বগী চৈরাক্তি লোইবা লৈতে। মচাদা, মশুদা অৱাবা পীদুনা লায়না অচৌবা কয়ানা ইমুং পূন্নমক অৱাবা তাহনবগী চাওরবা খুদম য়াম্না লৈ। ঐখোয় মীওইবনা খনবা অফবা ফত্তবা কয়াদি নমশিন্দুনা থম্বা য়াই। তাইবঙ মপুনা য়াদবা তৌরুবদি ইমুং অদু শুরোন চারোন কয়াদা চৈরাক ফংখি। ঐখোয় মীওইবনা হায়নরি মখোয়গী ইমুংসি য়াম্না নুংঙাইরম্মী, হৌজিক্তি য়াম্না ৱারে হায়নরিবসি মানা মানা তৌরুবা অদুগী মহয়ননি।

এম জি এভেন্যুগী পরেং যু বি আই বেঙ্ক মনাক্তা লৈবা বিহারি চা হোটেল অমদা চা থকই। সমোসা অমা চারুবদা ঙরাংগী চজিক্লা থাওদা তাওদুনা শাহনবা অমা পীরকখি। মচেৎ অমা চাবদা খঙই, ঐনা চৈরিঙৈ তাল্লক্তুদা মপুদু ফ্রেম চনবা লাই অমদা পুজা তৌই। ঐনা খল্লি, মপুসিনা লাই খুরুম্লিবসি করি হায়রগা খুরুম্লিবনো। চা থকপা লাকপশিংদা মীনম্বা থবক তৌরিবসি ঙাকপীয়ু হায়রিব্রা? নৎত্রগা ঐ শেল য়াম্না পীবিয়ু, পোৎ য়াম্না শিৎহনবীয়ু হায়রিব্রা? ৱাহংনা পীক থন্না হংজৈ ইতোমতা। ঐহাক্না হোটেল মপুদা ঙাঙই মহাকসু মরাল য়াজদুনা ঐঙোন্দা মখূৎ অনী লোন্নদুনা খুরুম্মী। অসুম্না ঐখোয়গী কৈথেলদা নোংমগী শেন্দানফম ওইরিবা মফমসিদা পোৎ চৈ য়োল্লিবা-য়োল্লিবীশিংনা মীনম্বা হুরানবা তৌবীগনু। অসিগুম্বা মী য়ামখৎলকপনা অওনবা অফবা লন্বীগী ওন্ন-তৈনবদা ফত্তবা হৈনবীনা লমদম অসি পীক থল্লে।

মালেমগী ওইনা চাওনা য়েংলকপদা অফবা থবক খক তৌরম্বা, মীয়ামগীদমক কথোকপা ঙম্বা মীওই খক্তবু মীংচৎ উরোং খিল্লম্বনি। ফত্তবা থবক তৌরম্বদি কনানা শক্ল-শোন্নগনি। ঙসিগী নুমিৎ অসি অফবা থবক তৌরম্নবা শেম শারসি। অফবা ৱাখল খন্দুনা অফবা থবক পাঙথোল্লমসি। অৱা অনা কয়াগী মতেং পাংলমসি। থবক চিন্না লৈবগী হৈনবী থল্লসি। হৌখ্রবা মতম অমুক লাক্লরোই। তুংগী যূম্বীরেল ওইরক্কদবা ইচাশিংবু অফবা লন্বীদা লমজিংবীরমসি। ইমা লৈবাক কল্লসি। থবক কন্না শুরসি। মীখা পোন্না অসুক তোন্না হিংবা হৌনদে। ঐখোয়সু মীনি। মীনা মীগী মীখা পোন্দুনা নীরগা হিংবা ইকায়জৈ। নোংমগী হিংবদা চঙদবা য়াদ্রবা পোৎলম কয়াগী মমল অতিয়া পক্লা ৱাংলিবসি অরেম্বদা চেঙ চারুবগীনি। অরেম্বা চারুবনা মীনা ৱা অমা হায়রকপদা ঐখোয়না করি খুম্নীংঙাই লৈবগে? ঐখোয় মশেল পোকপদগী শিবা ফাওবগী হিংমিন্নরিঙৈ নুংশি চান্ননা, চাওখৎ লমজেলদা চঙশিনমিন্নরসি।

অরোইবদা লমদমসিদা পোক্লুবনা নুংশিরবা পোক্নফম ইমা লৈবাক্কীদমক কথোকপা ঙম্বগী থৌনা পীনবীবা ওইরসনু। নুংশিজরবা লমদমসিগী ইবুং-ইপ্বা পূন্নমক্না থবক থৌরম অমা পাঙথোকফমদা যু শীজিন্নবা থাদোকসি। মীওইবা ঐখোয়না শিবা মতমদা মাইবা ওইবীরিবা কয়ানা অরোইবা মথৌ মঙম কাঙলোন চুম্না পাঙথোকপীদুনা খুন্নাই অসিবু কনবদা মতেং পাংবীয়ু। পোক্নফম লমদমসি তাঙ্কক খুদিংদা চাওখৎপা, অফবা ওইহন্নীংবনা নীংঙমদবা ৱাফম খরা ইজবা অসিদা খ্বাই পূন্নমক্না ৱারৌবীরোই খঞ্জৈ। থবক কন্না শুদুনা, নোংমগী হুমাং তাহন্দুনা লায়না-তীলনা চেন্দবা খুন্নাই অমা ওইরসি হায়জবগা লোয়নননা অইবীনা হন্না হন্না খুরুমজরি। ●

[illegible]

[illegible]