ꯍꯨꯏꯌꯦꯟ ꯂꯥꯟꯄꯥꯎ
ꯊꯥꯡꯖ, ꯖꯨꯂꯥꯏ ꯲꯲, ꯲꯰꯲꯳, ꯏꯝꯐꯥꯜ
꯴꯷ ꯁꯨꯕ ꯆꯍꯤ, ꯱꯱꯹ꯁꯨꯕ ꯃꯁꯤꯡ
হুইয়েন লানপাউ
থাংজ, জুলাই ২২, ২০২৩, ইম্ফাল
৪৭শুবা চহী, ১১৯শুবা মশীং

শিন্দোকউ হায়বনা শান্তিগী
লৈহল্লু হায়বনা লানগী

মে ৩, ২০২৩দা মণিপুর পূম্বগী চীংমীশিং কোনশিন্দুনা মমিং থোল্লগসু কুকি ফুরুপ্পা নম্বা 'ওল ত্রাইবেল ষ্টুদেন্টস য়ুনিয়ন মণিপুর (অটসুম)' না শীন্দুনা চীংগী দিষ্ট্রিক্ট হেদ ক্বার্টরশিংদা 'ত্রাইবেল সোলিদরিটি মার্চ' নি হায়ব'মা চৎখ্রে। অপূনবগী মিৎয়েংদা ত্রাইবেল সোলিদরিটি মার্চ হায়খিবগী ৱানি, মার্চ অসিগী অমসুং অটসুমগী শাফু নাগা ফুরুপ্পা নম্না তাবা চীংগী দিষ্ট্রিক্টশিংদা থোইদোক্লা কনখিদে। মমিংতগী ওইনা তৌবা য়াওখি। অদুবু অহানবা হৌরকপদা 'কুকি' খক্তমক শীজিন্নরগা কোন্না 'জো' হায়ব'মসু হাপচিল্লক্তুনা 'কুকি-জো' হায়দুনা শীজিন্নরক্লগসু মখোয়না তৌনীংবশিংদি হান্নদগী য়াৎথোক্তুনা লৈরকপনিনা সোলিদরিটি মার্চ চৎপা লোইরকপগা ওমদুনা চাকখৎলকখিবা মৈশিংদু মীতৈদা ওনশিন্দুনা হৈথরকপনি। মসিদগী মমা লৈবাক-মরমদমগীদমক্তা থেঙ্খাং কয়াদা অঙাংবা ঈখেংশিং কৎতুনা লাক্লবা মীতৈশিংনা মশা ঙাকথোকচরকপগা লোয়ননা খূৎ হল্লকপনি। মসিদগী মীতৈ অমসুং কুকিশিংগী মরক্তা অকনবা লান শোক্লরকপনি। তম্পাক্কী দিষ্ট্রিক্ট ৫গা তাইনবা চীংখোঙ-চীংয়া পূম্নমক অচৌবা লানফমশিং ওইরকপনি। অদুগা ঙসি নুমিৎ ৮১নি শুজিল্লক্লবা ফাওবদা লান লেপ্পা নাইদনা চত্থনরকপনি। মসিদগী লান শোক্লরক্লিবা মশেলগী মরক্তা মীশি-মীনা য়াম্না য়াওরে। য়ূম-কৈ, লন-থুম কয়া মাঙলে। হকথেংননা লান খামগদবা য়ুনিয়ন হোম মিনিষ্ট্রিসু মফি হাইফেৎ শেল্লল্লগা মহনফম অমসুং মতেফমদা হঞ্জিনখিবদৌনা লৈখ্রে। য়ুনিয়ন লৈঙাক মপুমগী মায়কৈদগীনা প্রাইম মিনিষ্টর নরেন্দ্র মোদিসু ভিদিও ভাইরেল ১গী মতাংদা নত্তনা ৱাফম অমত্তা থোরক্ত্রিবনি। ফীভম পূম্নমকসিগী মথক্তা নাকল অনীগী লান লোইবা-খন্বা নাইদ্রিবনি।

মরমশিং অসিদগী ফীভমশিং অসিবু মায়োক্লরক্লিবা মীতৈশিংনা মণিপুরগী লৈঙাক মকোক শিন্দোকউ হায়রকপনি। থৌওইনা প্রোটেষ্ট তৌরকপনি। লান নংলবা মীয়াম্না লান থোকহল্লি অমসুং খামদে হায়বগী খোইশাওনদুনা প্রাইম মিনিষ্টর অমসুং হোম মিনিষ্টরগী ইফিজিশিং মৈ থারকপদা চীফ মিনিষ্টরগীসু য়াওশিল্লকপনি। লান খামদুনা লেপহনবা ঙমদে, ষ্টেট লৈঙাক্লা নাইতোম তৌবা ঙমদ্রগসু য়ুনিয়ন লৈঙাক্তা অকনবা প্রেসর পীদে ৱারৌরকপনি। মসিনা মীতৈ অমসুং মীতৈগী লূপ খরগী ৱাফমনি। লান হৌদোরকখিবা কুকি-জো খূৎলায় পায়বশিংবু লমজিংদুনা থৌনা হাপ্লিবশিংনা হায়রিবনা মণিপুরগী লৈঙাক মকোক শিন্দোক্ত্রিবমখৈ মখল অমত্তগী ৱারী শারোই হায়রকপনি। ৱারী শানববু হৌরগদি মতম য়াম্না চঙবা চঙদবনা অমা ওইরবসু লানসিগী ৱারোইশিন অমা পুরকপদি ঙমগদৌরিবনি। হৌজিক লৈরিবা ফীভমসিনা কুকি-জো কাঙলূপকী মায়কৈদা লেপ্লীবশিংগা ফম্মিন্নদুনা ৱারী শাবদি লায়রদনা উনবা ফাওবা য়াদ্রিবনি। মসিদগী মণিপুরদা ঈং-তপ্পা পুরক্তুনা মহৌশাগী ফীভম হঞ্জিল্লক্লবগী লম্বী ফাৎনবা ষ্টেট লৈঙাক্কী লুচিংবা মকোক শিন্দাকউ হায়রকপনি। মহাক ফবা নৎত্রগা ফৎতবগী ৱাফম নত্তে। ফরবসু ফৎত্রবসু মহাক কুকি খূৎলায় পায়বশিংগা লানফমদা মায়রোং য়ারিবা মীতৈ ফুরুপকী মীওইনি। অদুবু মহাক্কী ফুরুপ্তা ওনশিল্লক্তুনা লান্দারকপা, থেংন-থেংনবা হাৎলকপদা মহাক্লা করিসু তৌবা ঙমদ্রে হায়বনি। মহাক্কী মহুৎ অমনা শিল্লগসু চপ মান্ননা ঙমদবদি য়াই অদুবু লান শোক্লরিবা মশেলগী মরক্তদি ৱারী শান্নবা ফাওবদি য়ারগনি হায়বনি। অদুগা মহাক লৈরিবমখৈ ৱারী শান্নরোই হায়রিঙৈদা মহাক লৌথোকপা/শিন্দোকপা য়ারোই, রিজাইন তৌবসু য়ারোই হায়বসু য়াওরকপসিনা হায়রিবনা লান তৌনখিসি, কনানা ঙমগে য়েংথোক্লখিসি হায়বনি হায়না লৌবদা লানগদ্রা? চহী লিশীং ৩ হেনবগী পুৱারী লৈজরক্লিবা মণিপুরবু মচেৎ অমা ফক্তোক্কে হোৎনরকপদি শুকয়া য়ারোই হায়বা ময়ামসু লৈরিবনি। লৈবাক মীয়াম্না ফগনি হায়বদুমা খন্নরগা ৱারেপ লৌবিরো।

ꯁꯤꯟꯗꯣꯛꯀꯎ ꯍꯥꯌꯕꯅ ꯁꯥꯟꯇꯤꯒꯤ
ꯂꯩꯍꯜꯂꯨ ꯍꯥꯌꯕꯅ ꯂꯥꯟꯒꯤ

বিজান্দোগী ৱারী থেংনরুবদা

রাইরু-রাইরুবদা

হন্দক্কী ৱারী নত্তে। য়াম্না কুইরবগী ৱারীনি। হৌজিক থোকপা ঙসি ঙরাং থোকপা অমত্তা নৎচদে। ৱারী অদু সুমদৌবনি। লৈকায় অমদা পাখংমচা অমা লৈরম্মী। পাখংমচা অদুগী মমিংদি ঙাইহাক লৈরগা নীংশিংলকখিনি। নুপা অদুনা ফেসবুক্তা অসুম্মাইনা থাগৎলম্মী মদুদি হান্না তৌরমদবা কয়া অমা ঐখোয়গী এ সীদা অনৌবা এম এল এ লাকপদগী তৌরে। এম এল এ অদুনা লাকপদগী মমাঙদা তৌরম তৌরমদবা কয়া অমা মাগী এ সী অদুদা তৌরে হায়বা অসিনি। মাগী ফেসবুক পোষ্ট অদুদা মাগী মরুপ মপাং অমদি অতৈ অতৈ মী কয়ানা কমেন্ট অরোইবীদা পীনরকখ্রে। অমসু অমসু ঙাঙনরক্তুনা অচৌবা লৈবাক ৱাথোক অমা ওইবা য়াবগী ফীভম য়ৌরক্লে।

হায়রিবা পাখংমচা অদুগী এ সীগী এম এল এ অদু টেবলদা খূত্তুম্না শুবমখৈ শাউরে। মাগী থম্মোয়গী দঙ দঙ মিহুল মনাক্তা ফম্বা মীনা তারে। নুপা অদুনা মানা অমুক্তা উরমদবা মমাঙদা অমুক্তা থোকখি তাখিদ্রিবা ঙাক্তা মাগী এ সীদা নোংমা নোংমগী সুম সুম উশিল্লক্লে হায়রদুনা মানা মাগী ফেসবুক একাউন্ট অদুদা পঙথাদা থাগৎলে। খাম্বা লাকপগা অমত্তা য়াখিদ্রবগী মওংনি। মী খোগোপ্পা লোইনা পাখংমচা অদুদা অশাউবা হৈথরক্লে। এম এল এ অদুদগীদি এ সী অদুদা লৈরিবা এম এল এ অদুবু শৌগৎপা ময়াম অদুনবু হেন্না চপ মান্ননা মৈ হৌমিন্নখ্রে। মানা মানা থোকপা মদুবু থাগৎলিবা নুপামচা অদুবু (বিজান্দো হায়না কৌই) অমুক্তং মানা তোয়না পল্লিবা এ সীগী এম এল এ অদুগী মনাক্তা কৌখৎলসি হায়না অমত্তা ওইনা ৱারেপ্লখ্রে। বিজান্দো হায়রিবা তম্বা পাখংমচা অসি কনাগী মচানুপানো, করি লৈকায়দগীনো, চহীনা কয়া শুরবনো, ময়ূম মকৈ পাল্লবরা পান্দ্রিবরা (পাখংনিবুদি হায়না মথক্তা ইজখ্রে অদুইসু...) অসিনচিংবা ময়াম অসি নিনফুং ইনফুং হংনবা হৌনরক্লে। মায়কৈ মায়কৈ ফোন তৌনদুনা মাবু কোয়থি কোয়থি থিনরে।

নোংমগী নুমিত্তদি হায়রিবা বিজান্দো অসি অতৈ লৈকায় অমত্তদগী ওইরমদ্রে হায়না খঙনরক্লে। মহাক ***থয়ায়নবী অৱাং লৈকায়দগী*** মশক মতৌ য়াম্না ফজবা চুং ফিরালসু য়াম্না চাবা পাখংমচা অমা ওইরল্লে। মহাকপু এম এল এগী মনাক্তা পুরক্লবা এম এল এ অদুনা মমিৎ শূক্লগা য়াথং তাওথরে। লৈবাক্কী মীহুৎ অসিগী মতৌ অসিদা নুপামচা অদু মকপ্পাক থক থক নীক্লে, য়ারগদি লোৎলগা কদাইদনোমা লৈজখ্রগে, য়ূমদা মপুন্সি চূপ্পা হল্লক্তবমখৈ মাঙজখ্রগে হায়না মাবু পোকপা পোকপী অনীদা মসি য়ৌশিন্না হায়রে।

হায়রিবা নুমিৎ অসিগী নুমিদাংৱাইরমদুদা বিজান্দো ইকায়খুম্নজরবা এম এল এগী মনাক্তা নোংচোৎলবা উচি মচাগুম্না তুফক তুফাই ইচন চনখৈ চঙজরক্তুনা লেপ্পরে। এম এল এগী মরোয় মনাউ ময়াম অদুনা মাবু ঙাইহাক্কী মপূক্লিং ফাজিনবা ঙম্নদ্রদুনা হাৎলু তূপ্পু, ফাও পুল্লু, ফূ, খোঙপাক্লা কাও, জেলদা থমজিল্লু, নেৎলু অসিনচিংবা তাহৈ তাহৈদবা ৱা ফাওবা পঙহায়দা হায়নখ্রে। হোয় মসি অঙাংদুগী থৌওংদুদা পেন্দবদগীনি অমরোমদা। ঙারী পরেং অচুম্বা ফৌ শঙবাই অথনবা মানবা পাখংমচা অসিনা হায়রিবদি এম এল এ অসিনা ভোট কাবদগী মাগী এ সী অসিদা হান্না তৌরমদবা ঙাক্তা তৌরে হায়দুনা এম এল এবু মীয়াম মমাঙ থোক্লা পাউথোক্লে, মীবু মরাল কয়া শীদুনা মরাল লৈতবা মীবু মীংচৎ থীহল্লে অদুনা মীবু মীংচৎ মাঙহন্নবা হোৎনবগীদমক্তা মাবু অকনবা চৈরাক ফংহন্নবা আইনগী মতেং লৌগদবনি হায়দুনা মীয়াম্না লৈরক কোন্সাং শীন থুংনা পঙাঙদা ঙাঙনরে।

নুমীৎতুগী য়াল্লবা খোইশাওনরবা মীয়ামগী মতৌদুদা পাখংমচা অদু মিহুন থাহুন আ য়ৌনা চেনখৎখ্রে, অমরোমদা ওনরেবল এম এল এসু তাইবঙ মী কৌবনিনা ঙাইহাক্কী শাউনীংবনা মাঙ থাদুনা পাখংমচা অদুদা ঙাঙবা য়াবা চৈবা য়াবা তৌদুনা ৱাহং কয়া তৌরক্লে। ইংলিসপু থেৎপও করিও মানা মতমদুদা চৈখিবদু চহী কুম্ল্লমুক ফারবা অসিফাওবা নাকোংসিদা নিন্দুনা লৈরি। পাখংমচা অদু ময়াম্না ঙাঙনরিবদু অসুম তাদুনা লৈ, ময়াম্না ঙাঙলিবা অদু তাদং তারগা নোম্বরগী ৱাখলদা করিনোমা উংলগা অসুম লৈবগী মতৌনি। ময়াম্নদি মাবু মীবু হেক্তা শীথবা ফত্তবা মোরেল য়াওদবা মমা মপানা ৱারক্তবা চাওখত্তবা মী অমা ওইনা ঙাঙবীরে। কনা অমনা ফূগে চৈগে হায়দুনা চেনশিল্লকপদা খাম্লবা ঙমদবগী ফীভমদা লৈরে। মাবু শোক্তনবা মী খরনসু কোয়শিন্দুনা ঙাক শেন্দুনা লৈখ্রে।

মীয়াম্না মাবু ঙাঙবা চৈবা অদু সুম সুম হেঞ্জিল্লক্লবদা মহাক্লা য়াম্না ঈংতপ্পা নোল্লুকপগী মতৌ উৎলদুনা ওনরেবল এম এল এদা অমদি লৈবাক মীয়ামদা ঙক নোন্না খূবাম চাংজৌ তরা লোন্নদুনা খুরুমজরগা হায়রকই, "ময়াম পূম্নমক তোল্লবা ননাইনা করিনো অমত্তংদদি হায়জবসিদংদদি য়াহনবীয়ুগবা, করিগুম্বা অমত্তংদি তোল্লবা ননাইনা অরোইবা ওইনা শিরবসু শিনা হায়দদি মহায়জরল্লগে।" মাগী মৱাহৈ ৱাতা ফজবা চীন্দোল লৈতোন ফজবা অদুনা মরম ওইরগা মহাকপু মাগী অনীংবা ঙাঙবদা খ্বাই খৈবিক্লা কুবীরে। এ সী অদুগী মীয়াম্না মঙোন্দা চপখৎলদুনা হংথরকই, "এ সী অসিদা হান্না তৌরমদবা কয়া তৌরক্লে হায়না নহাক্লা শরা শল্লিবা অসি করিনো? মসি হান্না অমুক্তং শেংদোকউ।"

বিজান্দোনা করি খুল্লকই অদুদি? মানা হায়রকই, "এ সী অসিদা হান্না তৌরমদবা কয়া কয়া তৌরক্লে হায়রিবদো নখোয়না লান্না লৌবনি। ঐনা হায়দি, ঐখোয়গী এ সীগী ইকায়খুম্নজরবা ওনরেবল এম এল এনা এ সী অসিদা হেক ভোট কারকপদগী য়াম্না কন্না হোৎনজদুনা হান্না কাবীরম্বা মমাঙ মমাঙগী ওনরেবল এম এল এশিংনা তৌবা ঙল্লম ঙল্লমদ্রবা অফ অফবা থবক কয়া মানা তৌবিরক্লে হায়জবনি হায়বদি লম্বী লৈখোম থোল্লম্বা থোকচিল্লক্ত্রে, মৈ মূৎলম্বা মূৎশিল্লক্ত্রে, থোং নুংঙাইরমদবা নুংঙাইবনা লোইরে, হার মরাং কায়বা য়াবা কায়রে, চেঙ মরাং কায়না ফংবা ফংলে, সিগুম সিগুম্বা হান্না শুক্তৌ তৌরমদ্রবা অফ অফবা কয়া কয়াসি ওনরেবলনা মথং মথং তৌবিরকপসিবুনি ঐনা হান্না তৌরমদবা কয়া এ সী অসিদা উজরে হায়জরিবসি। ঐনা অফবা ময়ামসি খাঙবা ঙমশিল্লক্ত্রদুনা থাগৎচনীংবনা হেঞ্জিল্লক্তুনা ইচম চম্না ফেসবুক্তা থাগৎচখিবগী ৱানি। নখোয়নদুম ঐগী ৱাসিদা ৱাখল তাখৈ তাজদ্রগা, সিয়া। ঐ চৎতুম চৎলগেসে অমত্তংগা অমুক থাগৎনবা শেম শাজরুখিগে।" মসি হায়রগা পাখংমচা অদুনা মাগী ফুরিৎখাওদগী মোবাইল ফোন অপাকপা অমা পুথোরক্লগা পেৎ পেৎ মেৎপা হৌগৎলকই। ওনরেবলসু মীয়ামসু বিজান্দোগী ৱাহৈদুদা মপূক্লিং পুমওল ওনখ্রদুনা হরাওবনা লোইরে ৱা ৱা নোকপা হৌরক্লে। তাঞ্জাদুদা পাখংমচা অদুদা ওনরেবলনা চঙশিল্লক্তুনা খূৎ শোল্লকই। মমৈদা মাসু ৱা ৱা ৱাদুম নোকথোক্লরকই। নুপামচা অদুনা হায়রিবদু চুম্মীনহে হায়রদুনা ময়াম চঙদুনা খূবাক খুগৎনরকই। (কুমজা ১৯৮০দা ইজখিবা ৱারীনি মসি।) ●

হীদাক কান্নরবা পাম্বীশিং ঃ বোকুল # ৪০০

— ডা. হুইদ্রোম বীরকুমার —
সী এস আই আর ঃ নোর্থ ইষ্ট ইন্সটিট্যুট ওফ সাইন্স এন্দ টেক্নোলোজি, লম্ফেলপাৎ

মহাভারতকা শাগোন্নরবা পাম্বীশিংগী মরক্তা বোকুল অসিসু অমনি। শ্রীকৃষ্ণ (Sri Krishna) না বোকুল পাম্বীগী মখোঙদা ফমদুনা বাঁসি খোংবা অমদি ঈশৈ শকপগী ৱাফমশিং থেংনৈ। বোকুল পাম্বী অসি ইংলিশতা বুলেট ৱুদ (Bullet wood) নৎত্রগা স্পেনিশ চেরি (Spanish Cherry) নৎত্রগা মেদলর (Medlar), হিন্দিদা বকুল (Bakul), সাইন্টিফিক নৎত্রগা বোটানিকেলগী ওইবা মমিংদা মাইমুসোপস ইলেনজাই (Mimusops elengi L.) হায়না কৌই অমসুং সেপোতেসী (Sapotaceae) শাগৈগী মনুং চল্লি। শাগৈ অসি সেপোদিলা (Sapodilla) হায়নসু খঙনৈ।

পাউদমশিংগী মতুংইন্না বোকুল পাম্বী অসি খা থংবা এসিয়া, খা নোংপোক থংবা এসিয়াগী লমদমশিং অমসুং অৱাং থংবা ওষ্ট্রেলিয়াগী লমদমশিং মরু ওইবা ত্রোপিকেলগী ওইবা অশাবা মফমশিংদা মহৌশাগী ওইনা হৌজৈ। পাম্বী অসি ইন্দিয়াগী অৱাং থংবা অয়াম্বা মফমশিং অমদি পেনিনসুলাগী লমদমশিং মরু ওইনা অন্দমানগী ঈথৎশিংদা য়াম্না পাম্না অমদি পাক শন্না থানৈ। অৱাং নোংপোক ইন্দিয়াগী অয়াম্বা মফমশিং মরু ওইনা মণিপুরদা বোকুল পাম্বী অসি য়াম্না পাম্না থানৈ। ঐখোয়গী লমদম মণিপুরগী সোরোক্কী মপান, শান্নবুংগী অকোয়বা, স্কুল, কোলেজগী লম্পাকশিং অমদি লাইশঙগী মনাক্তা চাউর-চাউরবা বোকুল পাম্বীশিং ঐখোয়না হৌবা থেংনরি। মণিপুরগী মৈতৈশিংগী মমিং অসি বোকুল কৌবসু অদুমক থেংনবীগনি। বোকুল পাম্বী অসি ঐখোয়গী লমদম মণিপুরদগী হৌরকখিবরা নৎত্রগা মপান্দগী পুশিল্লক্লগা থাখিবরা হায়বগী চপ চাবা পাউদম ফংবা ঙমদে। অদুবু পাম্বী অসি মপান্দগী পুশিল্লক্লগা থাখিবা ওইগনি হায়নদি থাজনৈ। অচৌবা বোকুল পাম্বী হৌবা মফম অদু লমদম অদুগী মমিংগী মখাদা হাপ্তুনা মফম অদুগী মমিং কৌনবগী চৎনবী অমসু ঐখোয়গী লমদম অসিদা লৈ।

বোকুল অসি ময়ায় ওইরপ্না চাওবা মনা য়াম্না পুঙবা অদুগা এভর্গ্রীন হায়বদি মতম পূম্নমক্তা শংদুনতা লৈবা উ পাম্বী অমনি। পাম্বী অসিগী উগী মকু অদু মক্রুক-মক্রুক লাউই লোয়ননা মনা অদু শংত্রিক শংনা থা-থা লাউই। বোকুল পাম্বীগী লৈশিং অদু অঙৌবদা চন্দোন মচু চঙলপ তৌই অমসুং অকনবা নুংশিবা মনম অদু খরা থাপ্পা মফম ফাওবা নুংশিৎনা পুদুনা চৎলি। পাম্বী অসিগী লৈশিং অদু মতম শাংনা খুইথদবা অমদি নুংশিবা মনমশিং অদু মতম কুইনা লৈবা মরম্না লৈ পরেং শেম্বদা য়াম্না খুদোং চাই অমদি মীয়াম্না পাম্নৈ। করিগুম্বদা হায়রিবা লৈ পরেংশিং অদু কৈথেলদা য়োনবা থেংনবীগনি অমদি অতাঙবা মমলদা য়োন্নৈ।

বিজ্ঞানগী পাউদমশিংগী মতুংইন্না বোকুল পাম্বীগী মনা অমসুং উগী মকুদা য়াওবা মরু ওইবা মচলশিংদি বিতা-সিতোসটেরোল, অলফা-পিনা-ষ্টিরোল, ক্বেরসিতোন, তেরেসেরোল, বিতা-কেরোতিন, য়ুর্সোলিক এসিদ, ক্বেরসেতিন, দাইহাইদ্রো ক্বেরসেতিন, হেদেরাজেনিন অসিনচিংবনি। বোকুল পাম্বীগী মরূদা অঙাংবা-চোকোলেট মচুগী থাউ মখল অমা য়াওই অমসুং মসিগী মরু ওইবা মচলশিংদি কার্পিক (Carpic), লৌরিক (Lauric), মাইরিসতিক (Myristic), পালমিতিক (Palmitic), ষ্টেরিক (Stearic), এরাচিদিক (Arachidic), ওলিক (Oleic) অমসুং লিনোলিক (Linoleic) এসিদশিংনি।

বোকুল পাম্বী অসি মীওইবনা হীরম কয়ামরুমদা শীজিন্নৈ। পাম্বী অসি ঙল্লিঙৈ মতমদগী আয়ুর্বেদ অমসুং য়ুনানিগী লায়েং পথাপ্তা হীদাক ওইনা শীজিন্নদুনা লাকপগী পাউদমশিং লৈ। য়া অমদি য়ারী-য়াখোঙ নাবগী লায়েংদা শীজিন্নরিবা আয়ুর্বেদিক্কী হীদাক 'বকুলদ্যা তাইলা' (Bakuldya Taila) অসি শাবদা বোকুল পাম্বী অসি য়াম্না মরু ওইবা মচল অমা ওইনা শীজিন্নৈ। য়ুনানিগী লায়েং পথাক্তা বোকুল পাম্বী অসি নুপাগী ফিনুংগী লায়নাশিং লায়েংবদা শীজিন্নবগী পাউদমশিং লৈ। অরিবা লায়েং পথাপ খরদা বোকুল পাম্বীগী লৈ অদু শুগাইরগা মদুদা খোইহিগা তোৎনরগা চাং নাইনা পীজদুনা নুপা-নুপীগী ফম্বী ফগৎহনবা ঙম্মী হায়দুনা শীজিন্নৈ। কনাগুম্বনা য়া চিক্লবদি বোকুল পাম্বীগী উগী মকু অদু শুগাইরগা চিনি অঙাংবা খরা তোৎলগা য়ারীদা থোম্বদা কান্নবা ফল ফংবা ঙম্মী।

বোকুল মনা অদু ঈশিংদা লোন্দুনা শেম্বা মহী অদুদা চিনি অঙৌবা খরা তুমহল্লগা মহী অদু চাং নাইনা নোংমদা গ্লাস অনীগী চাংদাদা হাপ্তা ২গুম্বদং পীথকপদা হক্কী ঈশিং অদু পৌহন্দুনা ঈশিং য়াফম তৌবা অদু মপূং ফানা ফহনবা ঙম্মী। বোকুল পাম্বীগী উগী মকু অদু ঈশিংদা ফুৎলগা শেম্বা মহী অদু শিংলি-নাওরি মপাঙ্গল কন্না থম্বা ঙম্বতা নত্তনা অরুম-লাইহৌগী লায়না অসিসু ফহনবা ঙম্মী। লিননা চিকপদা বোকুল পাম্বীগী মনা অদু শুগাইরগা খুদক্তা থোমদুনা লায়েংবগী পথাপ অসি মতম কয়াগী মমাঙদগী চৎনদুনা লাকপগী পাউদমসু লৈ। খোঙ কন্না হামথরবদি বোকুল মহৈ অমুনবা অদু অদুমক পীজবীবা য়াই। অদুগা অমাংবা য়ৈখৎতুনা খোঙ হাম্বা য়াদ্রবদি মরূ অদু কুপ্পা তকখায়রগা ঈশিং অশাবগা পীজবীবা য়াই। চেকশিনবীগদবা অমনা বোকুল পাম্বীগী মরূদা য়াওবা সেপোনিন (Saponin) অসি চাং হেন্না শীজিন্নরবদি নুপাগী ফম্বী অসি য়াম্না ময়েং তাথহল্লি হায়বগী পাউদমসু লৈ। কনাগুম্বা মীওইনা মহাক্কী য়া অদু মপাঙ্গল কন্না থমগে হায়রবদি বোকুল পাম্বীগী উগী মকু অদু শুগাইরগা ঈশিংদা তীংদুনা লৌবা মহী অদুনা য়ানুংদা মিনট ৫-৬ থল্লগা তেংথোকপীগনি। ইন্দিয়াগী মফম খরদদি বোকুল পাম্বীগী মসা অনৌবা অদু য়াথিন পায়া ওইনসু শীজিন্নৈ। বোকুল পাম্বীগী লৈ অদু শুগাইরগা ঈশিংদা শেম্বা মহী অদু ঙৌ চাথৎপা অমদি অশোক-অপন তৌবদা চামথোকপীবা য়াই। বোকুল পাম্বীগী অকংবা লৈ অদু তকখায়রগা খোইহিগা তোৎতুনা চাং নাইনা পীজবদা মীওইবগী বুদ্ধি লৌশিং হেনগৎহনবা ঙম্মী হায়দুনা শীজিন্নৈ। কৈথেলদা ফংলিবা বজরাদানতি (Vajradanti) হায়রিবা য়া শেংনবা পাউদর অসি শাবদা বোকুল পাম্বীগী উগী মকু অসি মরু ওইবা মচল অমা ওইনা য়াওরিবনি। বোকুল পাম্বীগী লৈ অসি কংহল্লগা বিড়ি ওইনা কোল্লগা পীথক্তুনা অজমা হায়রিবা হরা-কংখু অসি লায়েংনৈ। অরুম-লাইহৌ তৌবদা বোকুল মকু শুগাইবা অদু নাতোন্না খংচিং চিংশিনবদা থোইদোক্লা কান্নবা ফল ফংবা ঙমহনগনি। ●

কুকিশিংনা খৃষ্টিয়ান ওইরুবগী মণিপুরদা চর্চ মৈ চাকপনি - (১)

- নোংজুম্বা নোংশুম -

মে ৩, ২০২৩দগী থোক্লিবা লান অসি মৈতৈ মীয়াম অমসুং কুকি খূৎলায় পায়বশিংগা শোক্লরিবা লান অসিদা য়ূম কয়া তাঙ্গৈাই ওনখ্রে, লাইশঙ কয়া তুমখ্রে, কুকি খুলগী চর্চ কয়াসু লান অসিদা তাঙ্গৈাই ওনখ্রে। লান অসিগী হৌরক ৱারী, লানসিগী লোইশিন ৱারী অদু নৈনজরোই। প্রভু যিশুবু নীংজবশিংগী মফমদা চর্চ মৈ থাবা হায়বসি থম্মোয়দা তানা থিনবগুম্বনি, মরম অদুনা খৃষ্টিয়ান কম্যুনিতিনা মৈতৈ মীয়াম্বু শোয়দনা ৱারৌরমগনি হায়না খল্লি। মরম অদুনা বি জে পিগী থৌপুবা খরসু থৱায় শোক্লা ফম থাদোকপা য়াওনখ্রে।

শিল্লোংদা অঙাং মীং চনবগী ৱাফম পল্লুবদা মীতৈশিংগী এদমিসন পীরোই হায়না তোকঙা ওই পাউ ওইনা তারকই। করিগী হংলুবদা চর্চ মৈ থাবগী। অদুগা হৌজিকসু মণিপুরদগী লাকপা মীশিংগী লৈফম অয়াম্বা পীদ্রি, মৈতৈ ঙাক খক্তা নত্তনা অতোপ্পা ফুরুপশিংসু।

তাইবঙ শেম্বা মবুংঙো মাগী য়ূমনি হায়না খল্লিবা লাইশঙ অমবু মৈ থাবা হায়বসি কনানসু নুংঙাইরোই, আর এস এসনা বাব্রি মসজিদ থুগাইবদা, পাকিষ্টান্দা হিন্দুগী লাইশঙ থুগাইবদা, বুদ্ধগী চাওরবা নূঙগী মুর্ত্তি বাংলাদেশকী ইস্লাম ধর্ম্ম চৎপা কাঙবুনা থুগাইবা মালেমদা য়ানীংদবা ফোঙদোকপগী ৱাফম কয়া লাকখি। ধর্ম্মগী খেন্নবনা মরম ওইদুনা তাথী তাওইনরিবা ৱারীশিং তাবদা য়াম্না নুংঙাইজদে।

ঈশ্বর হায়বসি মানা-মানা থাজরুবা অমসুং নীংজরুবা অদুনি। ফজবা থিবগী ৱাফম নত্তে। পৈশা চংনা শারিবা চর্চ অদুনা উমং-ৱামং ঙাক্লিবা ইনা কুপচরগা শাবা মৈতৈগী উমং লাইশিংদগী হেন্না ফবা মতিক ময়াই ৱাংবা লাইনি হায়বা য়াবা নত্তে। চর্চ প্রভু যিশুগী অশেংবা শক্লা শোন্নবা য়ূমনি। অদুগা মৈতৈগী য়ূম মরু ওইনা সনামিহী চৎপা অমদি হিন্দু চৎপা কাঙবু ওইরবসু লাইনিংথৌ সনামহী অমদি লৈমরেল শিদবী ইমাগী খুভম য়াদুনা নুমিৎ খুদিংগী ধুপ মৈরা কৎতুনা খুরুমজরিবা শেংলবা লাইশঙ অমনি।

উকলনা হন্দক ফোঙখিবা কুকিশিংনা মৈ থাখ্রবা মৈতৈশিংগী লাইশিংগী খুভম অমদি লাইশঙশিংগী ৱারী অদু ময়াম্না হেন্দোক্লা খঙবীরমগনি হায়না খল্লি। লাক্লিবা ৱাহংদি ধর্ম্মগী ওইবা মিৎয়েংদা মৈতৈগী য়ূম কুকিগী য়ূমগুম্বরা? পাউখুমদি 'নত্তে'। মৈতৈ ঐখোয়গী য়ূমদি শেংলবা লাইশঙ অমনি।

মৈতৈগী য়ূমশারোল, লাইনিংলোনগী মতুংইন্না ঐখোয়গী উনা শাবা য়ূম ওইরগদি মরু ওইবা উখোং/লোই (কুন) ২০ লৈ। য়ূম্বীশিং অসি লাই অমমমগী মশক্লি অদুগা মৈতৈ ঐখোয়গী য়ূমশারোলগী মতুংইন্না লাইশিং অসিগী মমিং অসুম্না থোল্লি - (১) মাঙ্গোলগী ফমেল শুমদি (উখোং) "ৱাংব্রেন খানা চাওবা" হায়বা লাইনি। (২) ফমেল মাঙ্গোল উখোংতেন্না 'নুমিৎনি'। (৩) মাঙ্গোলগী মাংশোক্কী উখোকতেন্না 'লাইদমথা' কৌই। (৪) মাঙ্গোলগী অৱাং শুম্না (উখোং) 'থোঙাক লাইরেম্মা' কৌই। (৫) লুখুম কাগী ফমেল শিংকাপ য়ূম্বীনা 'ওকপুরোই' কৌই। (৬) মাঙ্গোল ফকতোংগী ফমেন য়ূম্বীরেন্না 'পান্থোইবী' কৌই। (৭) নিংঙোল ফকতোংগী য়ূম্বীরেন্না 'নোংপোক অরিবা' লৈ। (৮) নিংঙোল কাগী শিংকাপ য়ূম্বীনা 'তাওহুইরেংনা লৈ'। (৯) ফমেলগী শিংকাপ য়ূম্বীনা 'অপকমানা' লৈ। (১০) য়ূম্বীরেন উরোংনা 'পোক্লেন পোকপা লৈ'। (১১) মাইবা ফমগী য়ূম্বীরেরন্না 'লৈমরেল লৈহনবী' লৈ। (১২) মংশোক শিংকাপ য়ূম্বীদনা 'নোংথাং লৈমনা' লৈ। (১৩) চেঙফু শিংকাপ য়ূম্বীনা 'হিরৈমনা' লৈ। (১৪) চেঙফু য়ূম্বীরেনদনা 'ইমোইনু অহোংবীনা' লৈ। (১৫) হৌদোংচাক থাফমগী লাংখৈ য়ূম্বীরেনদনা লাংখৈ সনামহী লৈ। (১৬) লংখৈ সিংকাপ য়ূম্বীনা 'অতানু লৈমরেন' লৈ। (১৭) নোংচুপ শন্দোং শুমদনা 'মহিরেন' না লৈ। (১৮) নোংচুপকী ফমেন শুকতু উখোং তেনদনা 'শজিক্লা' লৈ। (১৯) চাকখুমগী শুকতুউখোং তেন্দনা 'থাবনা' লৈ। (২০) চাকখুম শুমদনা 'কৌবু অশুকপা' লৈ (য়ূমশারোল সমচেৎশাবম কোন্দুম্বা)।

অসুম্না মৈতৈগী য়ূম অমা হায়বসি কাচিন কোয়া শিন্না লাইয়ামগী য়ূম ওইনা লৈ। মসি পকাগী য়ূমদা ওইরবসু অদুমক লাইশঙ অসিগী খুভম য়াদুনা থম্মী। মসিনা তাক্লি মদুদি মৈতৈগী য়ূম অমা মৈ থাবা হায়বসি লাইয়াম অমগী য়ূম মৈ থাবনি অদুগা অমরোমদনা চর্চ অমা মৈ থাবদি যিশুগী য়ূম মৈ থাবনি। লাইশঙ মৈ থাববু শৌগৎপা নৎচদে খেন্নবদো হায়জবনি। ●