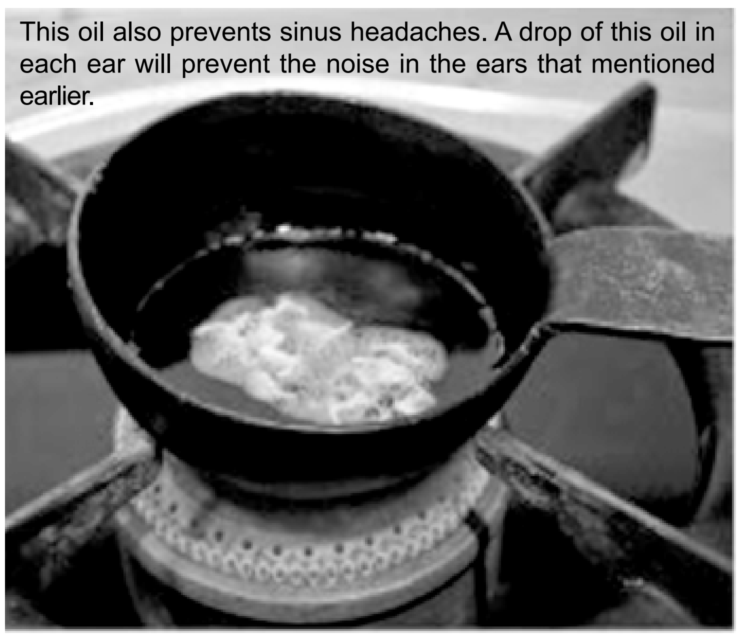
হীদাক কান্নরবা পাম্বীশিং ঃ ময়াং-লেম্থুম

— ডা. হুইদ্রোম বীরকুমার সিংহ —
সি এস আই আর ঃ নোর্থ ইষ্ট ইনস্টিটুট ওফ সাইন্স এন্দ টেক্নোলোজি, লম্ফেলপাৎ



This oil also prevents sinus headaches. A drop of this oil in each ear will prevent the noise in the ears that mentioned earlier.

মীতৈগী অনা লায়েংদা ময়াং-লেম্থুম হায়রিবা পাম্বী অসিগী য়াম্না চাওবা ফিদা লৈ। ময়াং-লেম্থুম হায়রিবা পাম্বী অসি থোইদোক্না থুম্বাই (Thumbai) হায়না খঙই। পাম্বী অসি বেঙ্গোলিদা হুলকাসা (Hulkasha), গুজরাটতিদা কুলনফুল (Kulnnphul), হিন্দিদা গোমা মধুপাতি (Goma madhupati), পঞ্জাবিদা গুলদোরা (Guldora), সংস্কৃততা দ্রোনপুসপি (Dronapushpi) নৎত্রগা চিত্রপাত্রিকা (Chitrathrica) নৎত্রগা চিত্রক-সুপা (Chitrak-shupa), সিন্ধিদা কুবো (Kubo), তেলেগুদা তুন্নী (Tunni), সাইন্টিফিক নৎত্রগা বোটানিকেলগী ওইবা মমিংদা *ল্যুকাস এসপেরা (Leucas aspera (Willd) Linn.)* হায়না কৌই অমসুং *লেমিয়েসী (Lamiaceae)* শাগোগী মনুং চল্লি।

ময়াং-লেম্থুম হায়রিবা পাম্বী অসি চহী অমথক পুন্সিবা, মশা-মরেং য়াম্না লোওবা, মনম য়াম্না চেনবা সেন্টিমিটর ৬০ ফাওবা ৱাংবা অথোৎপা পাম্বীনি। পাম্বী অসিগী মখোক অসুং মশাশিং অদু মশুং ৪ নাই অমসুং অকুপ্পা মতুশিং য়াম্না চোম্মী। লৈ অসি ডৌরোক ডৌই, মখোক পান্দে অদুগা টর্মিনেল নৎত্রগা এক্সিলারি হোর্ল হায়দুনা লৈশিং অদু শাংতক তৌবা মতৈ অমদা চবুন ওইনা পাল্লি। মহৈ অমসুং মরুশিং অদু মিলিমিটর ২.৫ রোমতমক শাংই অমসুং মচু মুই।

ময়াং-লেম্থুম পাম্বী অসি ইন্দিয়াগী অয়াম্বা মফমশিং, হিমালয়াগী লমদমশিং, শ্রী লঙ্কা, ফিলিপিন্স, জাভা অমসুং মৌরিসিয়সকী অয়াম্বা মফমশিং মরু ওইনা নেমতক তৌবা লৈঙোইনা নম্না তাবা মফমশিংদা মহৌশাগী ওইনা হৌবগী পাউদমশিং লৈ। ঐখোয়গী লমদম মণিপুরদদি ময়াং-লেম্থুম পাম্বী অসি শোরোক্কী মপান, থেনগৎলবা তুরেলগী খোংনুং, শঙ্গাবুং অমসুং শীজিন্নদ্রবা মফমশিংদা চুশিনা হৌবা থেংনে।

বিজ্ঞানগী পাউদমশিংগী মতুং ইন্না ময়াং-লেম্থুম পাম্বীদা য়াওবা মরু ওইবা ফাইটো-কেমিকেলশিংদি তর্পীনোইদস (Terpinoids), ওলিনোলিক এসিদ (Oleanolic acid), উরসোলিক এসিদ (Ursolic acid), বিতা-সিতোসতেরোল (β-Sitosterol), নিকোতিন (Nicotine), ইস্তিরোলস (Sterols), গ্লুকোসাইদ (Glucoside), দাই-তর্পিন্স (Diterpenes), ফিনোলিক কম্পাউন্দস অসিনচিংবনি।

ময়াং-লেম্থুম পাম্বীগী মনাদগী লৌবা মনিল থুনা কাগনবা থাউ অদুদা য়াওবা কম্পাউন্দশিংদি U-farnesene চাদা ২৬.৪, X-thujene চাদা ১২.৬ অমসুং Menthol চাদা ১১.৩ অসিনা মরু ওইবনি। Amyl propionate চাদা ১৫.২ অমসুং Isoamyl propionate চাদা ১৪.৪ অঙ্গসি ময়াং-লেম্থুম পাম্বীগী মপালদা য়াওবা মরু ওইবা কম্পাউন্দশিংনি।

ময়াং-লেম্থুম পাম্বীগী মরুদা য়াওবা মরু ওইবা মহংশিং অদুনা Palmitic acid চাদা ৬.২৫, Stearic acid চাদা ২.৮৪, Oleic acid চাদা ৪২.০৭, Linoleic acid চাদা ৪৮.১১ অমসুং Linolenic acid চাদা ০.৬৫ অসিনচিংবনি।

মালেমগী মফম খরদদি ময়াং-লেম্থুম পাম্বীগী মনা নৎত্রগা অনৌবা মতেন অদু এঙ্গাং থোংবদা খরদং হাপ্পুনা এঙ্গাং অদু মহাও হেঙ্গৎহনবদা শীজিন্নবগী পাউদম লৈ। পাম্বী অসিগী মনা অসি শুগাইদুনা লৌবা মহী অদু মনা-মশিংদা তাবা লায়নাশিং ডাকথোক্লবা চাইথোক্লনা শীজিনৈ।

ঐখোয়গী লমদম মণিপুরদদি ময়াং-লেম্থুম পাম্বী অসি লোক থুংবা, চাকথাও চাথৎপা, নাতোন মহী চেনবা, থীবোঙ-থীরিলদা তীল লৈবনচিংবদা লায়েং হীদাক ওইনা শীজিনৈ। হীরম অসিদা ময়াং-লেম্থুমগী মনা নৎত্রগা মতেন অদু গ্রাম ৫০ রোম ঈশিং লিটর ১ দা শৌহল্লগা খোইহী খরা হাপ্পুনা নোংমদা গ্লাস ২ গী চাংদা পীথক্নি। খোইহীগী মহুত্তা অচা-থুম খরা হাপ্পুনা চাবা তুমদবদা পীথকপা যাই। ময়াং-লেম্থুম পাম্বীগী মহী অসি য়াম্না কুইরবা মতমদগী অরুম-লাইহৌগী লায়েংদা য়াম্না ফবা হীদাক অমা ওইনা শীজিন্নদুনা লাক্নি। পাউদম খরগী মতুং ইন্না ময়াং-লেম্থুম পাম্বী শুগাইদুনা লৌবা অনঙবা মহী অদু বেক্টিরিয়া অমসুং কোকফাই শুজানা থোকহনবা উনশাগী লায়নাশিং অসিদা থোইদোক্না কান্নহল্লি। ময়াং-লেম্থুম পাম্বী অসি শীংলি-নাওরি মপাঙ্গল কনখৎহনবা (Expectorant), হকচাংদগী হুমাং থোকহনবা (Diaphoretic) অমসুং নুপীগী থাগী থোংকাপ চাং নাইহনবা (Emmenagogue) গুণ্মী হায়বগী পাউদমসু লৈ। য়াম্না তোয়না উনশাদা ফুপ্পী থুংদুনা মতোন পোকখায়বা (Skin eruption), অরীবা তাঙ চাউথোক্লনা চীকপা-নাবা (Chronic rheumatism) অমসুং Psoriasis হায়রিবা উনশাগী লায়নাশিংদা লায়েং হীদাক ওইনা শীজিন্নরক্নি। ময়াং-লেম্থুম পাম্বী শুগাইরগা খুদক্তা থোমদুনা লীয়া চীকপা (Snake-bite) অসি লায়েংবগী পাউদমসু লৈ।

অঙাংনা থীবোং-থীরিলদা তীল লৈরবদি ময়াং-লেম্থুমগী লৈ অদু শুগাইরগা খোইহী খরগা তোংনরগা পীজদুনা লায়েংবা যাই। ফিল্লিপিন্সগী মীওইশিংনা ময়াং-লেম্থুম পাম্বী অসি স্কোরপিয়োন হায়বগী বৃশ্চিকনৎত্রগা তীল-নাকোংবীনা চীকপদা লায়েংনৈ। ইন্দিয়াগী ত্রাইবেল খরনা ময়াং-লেম্থুম পাম্বী লাদা য়োম্লগা মৈদা লৌবা মতুংদা কারকপা অশাবা মনীল অদুশুর চিংশিন্দুনা সাইনুসাইটিস হায়রিবা নাতোন-খদাংগী লায়না অসি লায়েংনৈ। পাউদম অমগী মতুং ইন্না ময়াং-লেম্থুম মনা মৈ থাদুনা কারকপা মৈখু অদু Culex quinquefasciatus হায়রিবা কাং অসি ফজনা হাৎপা গুণ্মী হায়বসিনি।

জ্যোতিষ্কী শৈরোল

মৈতৈলোন্দা ইথোকপা
: বি জয়ন্তকুমার শর্ম্মা

হেন্না শিংবা লল্লোনবা

মপোক অমা বোধিসত্ত লল্লোন' ইমুং অমদা,
পোকই, শিংই মহাকসে; 'দুনা অঙাং ওইরিঙৈদা,
থোনখি মাগী মমিংবু 'শিংনাউ' অসুম হায়নবু।
চাউরক্লবা মতমদা পায়খি লল্লোন শিনফম্বু
শিংলেন কৌবা অমগা লল্লোনমিন্ন' তিন্নখি।
শেন্দোং য়েন্ন' মতাংদা মখোয় অনী খৎনখি;
শিংলেন্না; "ঐদি শিংলেন্নি, শরুক অনী লৌদুনি
শিংনাউনদি, "য়ারোইদো, চপ মান্ন, য়েন্দৌনি।"
শিংলেন মপা তান্নরে লৌশিং অমা পুথোক্লে;
উ অম'ই মথক্তা মপা অদু কাখৎলে।
শাথুপ ফিথুপ হৈবনা পাক্লা উবা ফংদরে
লাক্লে শিংলেন শিংনাউ'নী; শিংলেন্নবু শিংনাউদা,
"ফরে য়েৎনরনুসি হায়সি ঐখোয় উসিদা,
ৱায়েনবিয়ু হায়দুনা" অসুম হায়রকপদবু,
য়ারে শিংনাউ কৌবসু 'ফরে ফরে' হায়নবু।
হুংখি শিংলেন উদবু, "লৌনি কয়াম' কনানা?"
উনা খুন্না শারকই উথক্তগী মপানা,
"লৌফম থোকই শিংলেন্না শরুক অনী হেন্নবু।
মতাং অসিমক্তদা "ৱাবু ঙাক্তা উনবু!"
হায়রল্লগা শিংনাউনা উদা মৈবু থাগৎখি;
শাখিবনা শিংলেন-পা উথক্তগী তারকখি।
তারকপগা হায়রকখি, "শিংলেন মৱা লৌরুবা,
শোয়দে য়াইবী মাঙলম্না শোয়দে মৈদা লৌরম্না!
নমিং অনী ওম্হোক্লো শিংবা য়াম্না খেন্নরে।"
অসুম তৌনা তাইশিন্ন তংথায় তংথায় য়েন্নরে।
শেন্দোং তংথায় পুদুনা ময়ুম ময়ুম হন্নখি;
দান ধর্ম্ম তৌদুনা লাইরল্লেন্নবু ফংজখি।"

এদিটরদা থারকপা চিঠি/ৱাকৎ/মীয়ামগী খোল্লাউ/পাউদম অমসুং অতৈ-অতৈ ....

মণিপুর থুগাইবা য়ারোই

ইকায়খুম্নজরিবা এডিটর,

মণিপুর চহী লিশিং অনী হেয়া লীরবা পুৱারী লৈজে। য়েলহৌঙৈগী মতমদগী হৌরগা কুমজা ১৯৪৯ গী সেপ্টেম্বর ২১ দা ইন্দিয়াদা নমদুনা তিলহনখি। মতম অদুগী মনুংদা মণিপুর ইন্দিপেন্দেন্ট কন্ট্রি অমা ওইনা লৈরমই। হায়রিবা ৱাফম অসি আলেকজেন্দর মেকেঞ্জিনা ইবা দি নোর্থ ইষ্ট ফ্রন্টিয়র ওফ ইন্দিয়া হায়বা লাইরিক অদুগী চেপ্টর ১৬ শুবদা য়াম্না ময়েক শেংনা উৎলি।

মণিপুর কুমজা ৩৩ দা পাখঙবনা নিংথৌ ওইবদগী কুমজা ১৯৪৯ দা ইন্দিয়াদা তিনখিবা মতম অদুগী মনুংদা তম্মী অমসুং চৌংমীশিং য়াম্না নুংশি চান্না লৈমিন্নরমই। মমাঙৈগী মতমদা নিংথৌশিংনা চীংদা চৎতুনা চীংমীশিংগী ফীভম য়েংশিল্লমই। পাইখোম্বা মহারাজনা কুমজা ১৬৬৮ দা লুৱাং চীংদা চৎলমই, কুমজা ১৬৭০ দা চোথে চীংদা চৎলমই অমসুং কুমজা ১৬৭৯ দা নামচীংদা চৎতুনা চীংমীশিংগী ফীভম য়েংশিল্লমই। মতুংদা চরাইরোংবা মহারাজনা মহাক্কী ফম্নাইবশিংদা চীংমীশিংগা মরুপ শাননবা পাউতাক পীরমই।

য়ুমলোম্নবা লৈবাকশিংনা লান্দারকপা মতমদা চীংমী অমসুং তম্মীশিং পুন্না নিংথৌগী লুচিং মখাদা য়েক্কবশিংগী মায়োক্তা লান্থেংনরমই। খুদম ওইনা পঞ্জববা গরিবনিৱাজ মহারাজ সনা হাক্তক্তা কুমজা ১৭১৮ দা বর্ম্মীজশিংনা মণিপুরদা লান্দারক্লমই। নিংথৌ মশামক খোঙলেংদুনা অৱাশিংগা লান্থেংনখি। মতম অদুদা চীংমীশিং হায়বদি তাঙ্খুলশিং, কোইরেংশিং, থঙ্গালশিং, কবুইশিং, মরিংশিং পুম্নমক মীতৈশিংগা লোয়ননা নিংথৌগী লুচিং মখাদা অৱাশিংগী মায়োক্তা লান্থেংনরমই।

অমরোমদা, হৌজিক লৈরিবা মণিপুরগী মেপ অসি খরা হেন্দোক হেনজিন লৈরবস বৃটিশকা মণিপুরগা শম্না মতমগী মনুংদা হায়বদি য়ান্দাবু সন্ধি ১৮২৬ কী মতুং কুমজা ১৮৩৩ দা গম্ভির সিংহনা লৌশিনবা পাম্বনা জিরি তুরেল বৃটিশনা হায়বদি মতম অদুগী বেঙ্গল গভর্ণমেন্টনা য়ারমই। কুমজা ১৮৩৩ অমসুং ১৮৩৪ দা তৌনখিবা সন্ধিগী মতুং ইন্না বৃটিশ গভর্ণমেন্টনা জিরি তুরেলগী পরিং অমসুং বরাক তুরেল নোংচুপ থংবা তোর্বাংন ফাওবা মণিপুর ঙমখৈ ওইনা লেপনবা য়ারমই। কুমজা ১৮৩৪ গী ট্রিটিগী মতুং ইন্না কবো তম্পাক বর্ম্মাদা পীথোকখি। অদুগা শেলগী লোইপোং ওইনা মণিপুরনা নিংথৌদা লুপা ৬০০০ চহী খুদিংগী পীবা য়ানখি। অসুম তৌনা মণিপুরগী লমখৈ অসি নিংথৌ তুরেল নোংচুপ থংবা তোর্বাংগা ওইরমই। লেফটেনেন্ট বিগ্নস, প্রিন্সিপাল এসিষ্টেন্ট ইন-চার্জ ওফ নাওগোং অমসুং মণিপুরগী পোলিটিকেল এজেন্ট ওইরম্বা কেপ্তেন গোরদোন অনীনা কুমজা ১৮৪১-৪২ দা য়ানখিবগী মতুং ইন্না মণিপুর অমসুং অঙ্গামিজগী মরক্তা লমখৈ লেপ্পমই।

অরোইবদা মণিপুর অসি মহৌশাদগী (নেচরেল) লৈরকখিবা (প্রোট্) লৈবাক অমনি, খুৎশেমগী ওইবা লৈবাক নত্তে। কুমজা ১৯১৭ কী রুসিয়ান রিভোলুসনগী ফল ওইনা শেমখিবা অদুগা কুমজা ১৯৯১ দা কায়খিবা সোভিয়েট য়ুনিয়নগুম্না লৈবাক নত্তে। হায়রিবা মরমশিং অসি মণিপুরগী চীং তম অনীমক্তা খুন্দাম্নিরবা মীওইশিংগী থম্মোয়দা লৈবনা মণিপুর কায়বা য়ারোই।

*অদোমগী - এ তোন্দোন সিংহ, রিটায়ার্দ প্রিন্সিপাল
লাংজিং অচৌবা, এন সি রোদ*

ইন্দিয়াগী প্রাইম মিনিষ্টর নরেন্দ্র মোদিবু থাগৎচরি

ইকায়খুম্নজরিবা এডিটর,

ইন্দিয়া পুম্নমক্কী অপুনবা ওর্গেনাইজেসন, নেসনল এসোসিএসন ওফ ফিসরমেন, হেদ ওফিস নু দিল্লিনা হৌখিবা ওগষ্ট ৮, ২০১৬ দা ইন্দিয়াগী প্রাইম মিনিষ্টর নরেন্দ্র মোদিদা থাঙ্গ কেন্দ্রদা লৈজবা ফিসরমেনশিংবু নুংশি হৈতবা মওংদা ইখাঙ খঙহৌদনা নোটিশ পীবিদনা ইভিক্সন তৌদুনা য়ুম কৈ থুদেকখিবা ৱাফম পুম্নমক ফোটো য়াওনা মেমোরেন্দম পীশিনবদগী প্রাইম মিনিষ্টরনা মণিপুরগী চীফ সেক্রেটরি ও নবকিশোর সিংহদা অইবা লেটর অমা পীবিরকপগীদমক প্রাইম মিনিষ্টর নরেন্দ্র মোদিবু মণিপুরদা লৈরিবা ফিসরমেন কম্যুনিতিশিংনা ঙমখৈ লৈতনা থাগৎচরি।

ইভিক্সন তৌবিখিবা অদুদা য়াওবা নুপী অঙাং পুম্নমক লৈফম লৈতদুনা থাঙ্গা সেন্দ্রা নিংথৌ কম্যুনিতি হোলগী লৈবাক্তা হিপ্পুনা লৈবদা অনা অয়েক কয়াসু য়াওরে। থাঙ্গগী প্রধান, গ্রাম পঞ্চায়েট মেম্বরশিংনা শেলগী মতেং পীদুনা লৈরে। গভর্ণমেন্টকী মতেংদি ফংদ্রি, ইভিক্সন তৌবিখ্রবা মশাগী মমিংদা পাটা লৈজদবা লেন্দলেস মীওইশিংদা য়াম্না থুনা লেন্দ এলোটমেন্ট পীবিয়ু অদুগা মফম অসি পঞ্চায়েট লম ওইবনা ইন্দিয়া লৈঙাক্না ময়ুম লৈজদবা মীওইশিংদা লোন অমসুং গ্রান্ট পীদুনা য়ুম শাহনবগী, গভর্ণমেন্ট লিষ্টতা য়াওহনবীদুনা য়ুম শাহনবীয়ু হায়জবগী নৎত্রবদি ইন্দিয়াগী ওইবা ফিসরমেনশিংনা প্রাইম মিনিষ্টরদা অমুক হন্না হকচিন্না মেমোরেন্দম পীনবা শেম শাজরি। হায়রিবা ৱাফম অসি মণিপুর গভর্ণমেন্টনা মীচং মীখাই নাইবীগনু।

অদোমগী - ঐচ কাঙজাম্বা, এক্স মিনিষ্টর

থাজনরক্তবা

ইকায়খুম্নজরিবা এডিটর,

ঙসি ঐখোয়গী খুম্নাই অসিদা পেন্দবা অমদি অমনা অমবু থাজনরক্তবগী চৎনবী অমা শাফু কন্না হুমজিল্লক্লে। খাঙবা য়াবা খাঙলে। খাঙবদা চোকথনরে। কদাইদনো অচুম্বা? কনাবুনো থাজগদবা? ইশানা ইশাবু থাজরক্তে। নশানা নশাবু থাজনরক্তে, থাগজনদবগী চাং ওঅনবা খৃৎলায় হায়ববু ঙসিগী কোংগ্রেস, হয়েংনা বি জে পি, ঙরাংগী ত্রিনামুল, ঙসিনা কোংগ্রেস অতৈ অতৈ...।

লোনা ভাক্লে ওইনা থম্না লমদমসিদা লো ভাক্লিবশিংনা লোবু মশাগী শক্তি ওইনা শীজিন্নরক্লবদি মীওইবনা শেম্বা লোদু মীওইবনা থাজবা মাঙলকপা মশানা তাবনি। দেমোক্রেসি চৎপা লৈবাকনিনা ফ্রিদম ওফ স্পিচ, ফ্রিদম ওফ রাইট লৈবনা ধরনা, রেল্লি, ষ্ট্রাইক্কুচিংবা মখল মখাগী খোঙঙং কয়া চৎথৈ। চৎনরবশিং লৈবাক্কী ওইবা ৱাফমদা তৌবসু য়াওই। মীওই খরগী পেন্দবগী তৌবসু য়াওই। মতম খরগী মমাঙদা মণিপুরগী উকিলশিংনা বন্দ, ষ্ট্রাইকী মায়োক্তা রেল্লি চৎখি। লমদম অসিগী লৈভাক মওং তাদবনা পেন্নদবদগী বন্দ, ষ্ট্রাইক, ধরনা, রেল্লি মচা পোকহল্লি। খরা লৈরগদি ৱায়েনশঙদা কেম অমা চখবদা চহী মঙা-তারা চঙবা অদুগা লোইবসু নাইদবা, পেন্দবা কয়াদগী রেল্লি চৎলকপসু য়ারি।

অদোমগী - কে ঐচ সুরজ মীতৈ

ঐখোয়গী ঙসিগী মণিপুর

ইকায়খুম্নজরিবা এডিটর,

য়ৌরক্লনি কুম অমগী নিঙোল চাক্কৌবা হিয়াঙ্গৈগী নীনি পানবা য়ুম্নাক শাগে ওনথুবী নিঙোলশিংবু মপাম লমদমগী অহল-লমন, মমা-মপা, মবুং-মৌপ্পাশিংনা ঙমজবা খুদোলপোৎকা লোয়ননা চাক্কৌজবা নুমিৎ নিঙোল চাক্কৌবা। লোয়ননা তম্পাক লমদমদা লৈহৌরিবা নীংশিংবা থোক্তবা মতমগী লৈনরক্লবা ঈগী মরী ওইরিবা অহল-লমন, মরুপ-মপাং, মবুং মৌপ্পাশিংনা ঙমজবা খুদোলপোৎকা লোয়ননা চাক্কৌজবা নুমিৎ চীং-তম নিঙোল চাক্কৌবা অমদি মেরা থাগী থাউমৈ, মেরা ৱায়ুবা। থৌরমসিগা মরী লৈননা লোয়নরক্লি মেরা হৌ চোংবা। থৌরম অসি চীং অমদি তমগী নুংগী মরী লৈনরিবা অসি উৎলিবা কুম্মৈ অমসুনি। মরমদি চীং অমদি তম্পাক লমদমদা খুন্দারিবা ফুরুপ পুম্নমক চীংগী অপীকপা মফম অমদা ঐখোয় পুন্না খুন্দামিন্নরম্মী অমদি মফমদুদগী পুন্না ঐখোয় লোয়না হৌরকখিবনি। মনাও নুপানা হিংনবগী লক্ষী থিদুনা তম্পাক লমদমদা কুমখি, ময়াম্না চীংদা অদুমক লৈহৌখি। মরমসিনা থৌরম অসি চীং-তম অনীমক্কী মরী অসিবু নীংশিংনবা ওইনা কুম খুদিংগী পাঙথোক্লি।

মনাও নুপা ওইরিবা মীতৈ ফুরুপকী য়ুমথোং খুদিংগী শুমাংদা ৱা অমা ৱাংনা য়ুংলাং মদুগী মতোংদা লানটেন অমা মৈ থানগনা, মসিবু চীংদা লৈহৌরিবা মরাইমশাগী উরগা খঙ্গি অমদি থাজে মনাও নুপা ঈগনা চিক্লা নুংঙাইনা লৈরি হায়না। মতমসি চপ মান্না ময়াম্না অহল ওইরিবা চীংমী অদুনা চীংগী মফম খরা মৈ থারক্নি। মসিবু লাম্মৈ থাবা হায়না খঙই। পুম্নমকশিং নুংঙাইরি ফোংদোক্কনবনি অমদি মেরা হৌ চোংবা, লাম্মৈ থাবা হায়রিবা কুম্মৈসি মেরা ৱায়ুবগা মরী লৈনবা থৌরমশিংনি। মেরা হৌ চোংবগী থৌরমদা ত্রাইবেল চীফ, ভিলেজ হেদমেন, মখল খুদিংগী চীংগী মীওইশিংনা লোয়না শরুক য়াদুনা ঐখোয় মশেল খুদোল পোৎ পীনবগা লোয়ননা য়াইফ পাউজেল পীনৈ অমদি ঐখোয় অমতনি হায়বা উৎলি। মসি অক্টোবর (মেরাগী ১৫ নি পানবা) থাদা পাঙথোক্লে।

অমরোমদনা মণিপুরগী ভোটসু নকশিল্লক্লে। মসিনা মরম ওইদুনা ভোট লেপবদবশিং, মাগী মাগী ৱার্করশিং অমদি পোলিটিকেল পার্টিশিংনা মানা মানা থোকপা ভাঙনিং ভাঙনিংবদা ভাঙ-শকপসি তেল্লস, অঙৈবা অতাবশিংগীতা নত্তনা তুংগী মীরোলগীদমক খল্লগা। কুম অমগী নিংজেল চাক্কৌবা অমদি মেরা হৌ চোংবনা লাকপসিদা পুন্না ৱারেপ অমদি লৌমীন্নরসি মদুদি ঐখোয় পুম্নমক চিংগা খুৎকা মায়নরসি হায়না। ময়াম্নু অমুক্কা হন্না খুরুমজরে।

অদোমগী - কোরৌঙানবা লুৱাং

মরোল থোকপা লাই