ꯍꯨꯏꯌꯦꯟ ꯂꯥꯟꯄꯥꯎ
ꯅꯤꯡꯊꯧꯀꯥꯕꯥ, ꯑꯣꯛꯇꯣꯕꯔ ꯲꯲, ꯲꯰꯱꯸, ꯏꯝꯐꯥꯜ
꯴꯲ ꯁꯨꯕꯥ ꯆꯍꯤ, ꯲꯰꯹ꯁꯨꯕꯥ ꯃꯁꯤꯡ
হুইয়েন লানপাউ
নিংথৌকাবা, ওক্টোবর ২২, ২০১৮, ইম্ফাল
৪২ শুবা চহী, ২০৯শুবা মশীং

মণিপুরদা হাওসি শান্নবা

লল্লোনবদৌনা শান্নবা হাওসি লৈঙাক্লা মীৎয়েং চঙউ

খা থংবা ইটলিদা ইহান হান্না হৌদোরকখিবা তম্বোলা মশান্নবু তোঙান-তোঙানবা মিংথোল পীদুনা মালেমগী মফম কয়াদা পাক শন্না শান্নবা থেংনরি। তরামাপনশুবা অমসুং ২০শুবা চহী চাদা ইটলিয়ন কয়া মালেমগী তোঙান-তোঙানবা মফমদা খুন্দাখিবগা লোয়ননা মশান্না অসিসু তোঙান-তোঙানবা মফমদা শান্নবা হৌরকখি। য়ুনাইটেদ কিংদম অমসুং অতৈ অতোপ্পা মফম খরদা রেফল হায়না খঙনবা তম্বোলাগী মশান্না অমা হৌদোরকখি। রেফল মশান্নদা ফংগদবা মনাশিং মাংজৌননা লাউথোকই। অখন্নবা মশীং মঙানা লোইবা টিক্কেটতা মনা পীবগী থৌওং চৎনদুনা লাকখি। কনাগুম্বনা শরুক য়াগে হায়রবদি শেল পীদুনা টিক্কেট লৈরবা মতুংদা তম্বোলা দ্রম নৎত্রগা করিগুম্বা পাত্র অমদা য়াওবা মশীং ময়ামগী মরক্তগী অমা লৌখৎপা মতমদা চানবা থোক্লবদি মনা ফংগদবনি। য়ু কেগী খুঙ্গংদা করিগুম্বা মখলগী ফেষ্টিবেল অমা পাঙথোকপা মতমদা য়াম্না মরুওইবা থৌরম অমা ওইনা তম্বোলা য়াওবগী চৎনবী লৈরকই। তম্বোলা নৎত্রগা রেফলদা কনাগুম্বনা টিক্কেট লৈরগা টিক্কেটকী অরোইবা মশীং মঙা অদু চানবা থোক্লবদি মনা ফংই। ফ্রেঞ্চ, বলগেরিয়ন, স্লোবক নৎত্রগা চেক লোলদা তম্বোলাগী তোঙান-তোঙানবা মমিং কয়া থোল্লি। য়ুনাইটেদ ষ্টেটসকী ওইনদি কনাগুম্বা লূপ অমনা অৱা-অনা তারবা মীয়ামগী মতেং পাংনবগীদমক ফন্দ খোমগৎপদা তম্বোলা শান্নবা থেংনৈ। শরুক য়ানিংবা মীওইশিংনা টিক্কেট অমা কল্লুগা টিক্কেটকী নম্বর অদু পাত্র অমদগী লৌখৎপা নম্বরগা চান্নবা থোক্লবদি মনা পীবগী থৌওং চথে। ন্যু জিলেন্দদদি তম্বোলা মশান্নবু সুপর হাওসি হায়না খঙনৈ। সুপর হাওসিগা মণিপুরদা হৌজিক শান্নরিবা হাওসি অসিগা মওং হাইরপ মান্নে। হকশেলগা মরী লৈনবা শান্নববু ওইরো, ৱাখল ঙাইহাক পোত্থানববু ওইরবসু নৎত্রগা শেল থানরগা শান্নবা মখলশিং অসি লৈবাক অমদগী লৈবাক অমদা লৈবা মীয়াম্না হেক্তা পাম্লনা লৌনরকই। অসিগুম্বা মখলগী শান্নবশিং অসিদি মতম চঙদনা মীওই অমনসু হেক্তমক হৈ। মরম অদুনা মালেমগী মফম খূদিংমক্তা গেমশিং অসি মওং অমা নৎত্রগা অমদা মমিং থোল্লগা শান্নবা হৌরকই। অসুম তৌনা তম্বোলা নৎত্রগা হাওসি হায়না খঙনবা মখলগী শান্নবা অসি ইন্দিয়াদা ২০শুবা চহী চাগী হৌরকপদা য়ৌরকখি। ইন্দিয়া য়ৌরল্লবা মতুংদগীদি কোইনা চৎপা মণিপুরী মচা খরনা থেংনদুনা মশাগী কান্ননবা নৎত্রগা মীয়ামগী নুংঙাইননবা মীৎয়েংদা থল্লগা তম্বোলা নৎত্রগা হাওসি অসি মণিপুরদা পুশিল্লকখিবনি হায়না মীয়াম্না ঙাংনৈ।

মণিপুরদা মখল-মখা কয়াগী লোনা য়াদবা গেম কয়ামরুম শান্নরম্বগী ৱাথোক লৈখ্রে। ৱাথোক অয়াম্বা ইন্টরনেটতা বেজ তৌরগা শান্নরম্বনি। মখোয় মশানা খঙনা নৎত্রগা খঙদনা কনাগুম্বা খরনা মীয়ামদগী লুপা ক্রোর কয়া খোমগৎখিবা লৈখ্রে। অদুগা অদুগুম্বা গেমশিং অদুগী লাংদা থুরুবা মীচম কয়া অমনা ইমুং-মনুং কায়নবা, মীগী মপোৎ-মরল তোনবা ওইদুনা ওন্থোকপা পূন্সি মহিং অমদা হিংবা উরি। অসুম্না অসিগুম্বা মখলগী ইন্টরনেটতা শান্নবা গেমশিং অসি লাক্ত্রিঙৈগী মমাংদা মণিপুরদা হাওসি শান্নরকই। অহানবদদি লৈকায়-লৈকায়দা গেমশিং অসি শান্নবগী মরুওইবা মরমদি ক্লবকী নৎত্রগা ওর্গনাইজেসন অমগী থবক থৌরমদা মথৌ তাবা শেনফমশিং ফংননবা ওইনা তৌরম্মী। মদুনা মরম ওইরগা লৈকায়দা লৈবা য়ূমথোঙ খূদিংদা টিক্কেট পীদুনা ক্লব অদুগী নৎত্রগা লৈকায় অদুগী য়াইফননবা থবক থৌরমগীদমক শান্নবনি হায়না লৌহন্দুনা তম্বোলা গেম শান্নরকখি। অসুম্না লৈকায়-লৈকায়দা মথং-মথং শান্নরকপদগী তম্বোলা/হাওসি হায়বসি লৈবাক অসিগী লোনা য়াবা শেল থানরগা শান্নবা কুম্মৈ অমা ওইনা লৌনরকখি। তশেংনমক্তি গেম অসি দি পব্লিক গেমব্লিং এক্ট ১৮৬৭ কী মখাদা শান্নবা য়াদে হায়না অথিংবা থমখ্রবনি। সুপ্রিম কোর্টনসু গেম অসি শান্নবা য়ারোই হায়না ৱায়েল তাখিবা লৈখ্রে। অদুবু লুরিবদি লো ঙাক্লনবা লৈরিবা পুলিস পর্সনেলশিংনা মখোয়গী শুমাঙদা হাওসি শান্নরগসু মনাকোং মেনশিল্লগা লৈ, করিগুম্বা মতমদনা মমীৎ পূনশিল্লগা চৎলি। মরুওইনা শিংজমৈ পুলিস ষ্টেসনগী হেক মমাংদা নুমিৎ খূদিংগী তম্বোলা শান্নবগী কলচর অমা শেমগৎলক্লি। থেংলবা নুমিদাংগী মতম ফাওবদা লাউদ স্পিকর শীজিন্নদুনা নুপী-নুপা লিশিংদগী তাদনা তিন্দুনা হাওসি শান্নবদা পুলিসনা কমদৌনা অয়াবা পীরিবনো হায়বা মীয়াম্না খঙনৈ। মসিনা তাক্লিবদি হাওসি শান্নবদা শীল্লি-লাংলিবা কাঙবুগা পুলিসকা খূৎশমনৈ অমসুং শেল তানমিন্নৈ হায়বসিনি। মতাং অসিদা পঞ্জনিংবা ৱাফমদি, লৈকায়-লৈকায়গী ক্লবকী শুমাঙদা তঙাইফদবা ফন্দ দ্রাইবকীদমক শান্নবা মখলগী হাওসি অদুদি থিংদ্রগসু লৈকায়গী নৎত্রগা ক্লবকী মীওই অমত্তা য়াওদনা কনাগুম্বা খরনা লল্লোনবদৌনা মীগী লৈকায়গী নৎত্রগা ক্লবকী মমিং ৱাইরগা নুমিৎ খূদিংগী চত্থরিবা তম্বোলা অসিদি থিংবা চুমগনি। মসিনা খুন্নাই অসিগী মীরোলদা মহাম তাহনবদা নৎতনা ইমুং-মনুংগী ওইবা শেন্মীৎলোনগী ফীভমদসু কাং-খোং চাইবগী মওং অমা লাকপা য়াবগী ওইথোকপা লৈ। মরম ময়াম অসি য়েংলগা লল্লোনবদৌনা হাওসি শান্নরিবশিং অসি লৈঙাক্লা মীৎয়েং চঙহন্নীংই।

••• এডিটরদা থারকপা চিঠি •••

হায়ৱেদা পোটহোল লৈরিবসি খুদোংথীনীংঙাই ওইরে

ইকায়খুম্নজরিবা এডিটর,

নেসনল হায়ৱেশিংদা পোটহোল কয়া লৈরিবা অসি মরী লৈনবা ওথোরিটিনা মতম চানা মেনশিলহৌদবদগী মীয়াম্না চথোক চৎশিন তৌবদা গাড়ী এক্সিদেন্ট থোক্তুনা মমল য়াম্লবা মীওইবগী পুন্সি কয়া খাঙুথক্তা পীখম্নখিবা কয়া য়াওখ্রে। মসিদা নত্তনা মীওই কয়া অমনা গাড়ী এক্সিদেন্ট থোক্তুনা ফীভম চাদনা লৈনবা কয়াসু য়াওরি।

য়াম্না মরুওইবা লম্বী অমা ওইরিবা ইম্ফাল মোরে লম্বী নেসনল হায়ৱে নম্বর ১০২গী য়ূম্নাম লৈকায়দগী লিলোং থোং ফাওবগী মনুংদা লৈরিবা পোটহোলশিং অসিদা কনাগুম্বনা শোয়বদগী গাড়ী থৌজিল্লুবদা গাড়ী মঙক শুজিনবা অমদি মখল মখা কয়াগী খুদোংথিবা কয়া মীয়াম্না মায়োক্লরি। নোংমদা গাড়ী মচা অমদি অচৌবা লিশীংগী মথক্তা চেল্লিবা লম্বী অসিদা মতম শাংনা লম্বী ময়ায়দা পোটহোল মেনশিনবীদনা থম্বা অসিনা ইনখৎলক্লিবা নহা কয়ানা গাড়ী কন্না কন্না থৌবদগী মীশি মীনা কয়া য়াওদবা নত্তে।

মরুওইনা শিংজমৈ চীংঙামথক, শিংজমৈ কৈথেলগী এরিয়া, ককৱা অসেম লৈকায়, নাওরেম লৈকায়, থোংজু বোরোই মখোং, কাঞ্চিপুর ষ্টেন্দর্দ রোবার্ট হায়র সেকেন্দরি স্কুলগী মনাক, ক্যামগৈ পলহনবী মপা, লংথবাল কুঞ্জনচিংবা এরিয়াগী মফমশিং খম থেংনা ফীভম ফত্তনা লৈরি। হায়রিবা মফমশিং অসি মীগা চিকপা মতমদা গাড়ী মচা অমদি অচৌবশিং কন্না থৌবা এরিয়ানি। লম্বী অসিনা খ্বাইদগী হেন্না লম্বী খুবা, লম্বী পাকথোক্তবা অমদি মণিপুর য়ুনিভর্সিটিগী ম্যেন গেট মপাদগীনা লিলোং কৈথেল ফাওবা অসি পিক অৱার মতমদা লম্বী পীকপনা মরম ওইদুনা চৎথোক চৎশিন তৌরিবশিংদা খুদোংচাদবা কয়া থোকহল্লি। মীশিংনা নোংমা নোংমগী ঈশিং ঈচাওগুম হেনগৎলকপগা লোয়ননা অনৌবা খোঙজেল য়াঙবা গাড়ী কয়াসু থৌনরিবনি।

মরম অদুনা অতেনবা মতমগী মনুংদা ৱার্ক্স দিপার্টমেন্টনা নেসনল হায়ৱে নম্বর ১০২গী ফীভম শোক্লবা লম্বীশিংদা লৈরিবা পোটহোলশিং মেনশিনবীদুনা মীয়ামগী অৱাবা কোকহনবীয়ু। ইম্ফাল মনুংগী লম্বীশিংদা লৈরিবা পোটহোল ফাওবা মতম চানা মেনশিনবা ঙমদ্রবদি ইম্ফালদগী খরা লাপথোকখিবা লম্বীশিংদি করি ওইরমগনি হায়না মীয়াম্না শোন্নরি।

অদোমগী - এল বিজয়কুমার, থোংজু

হুইয়েন লানপাউ লিটরেরি ক্যুইজ-৮২

১। মৈতৈনা বিষ্ণু লাৎপা হৌখিবসি মৈদিংঙু ক্যাম্বগী সনা হাক্তক্তগী হৌখি হায়না পুৱারীনা হায়রি।
(ক) বিষ্ণুগী মুর্ত্তিদু পীরকখিবা পোং নিংথৌদুগী মমিংদু হায়য়ু।
(খ) বিষ্ণুগী মুর্ত্তিদু মফম কদায়দা ইহান হান্না লাৎখিবগে?

২। "খোঞ্জেলসি তাবদা কাউখ্রবা অৱা'না/নীংশিংহল্লে ঐগী পূক্লিংদা।" ৱাহৈশিংসি কবি কমলনা হায়রম্বনি। মানা তারিবসি কনাগী খোঞ্জেলনো?

৩। "নোংথাং মৈরা শাদোং ওইনা/পাউজেঞ্জবা মালংপান্দা/লোইদাম কুমশিং কুমগারক্লে।" ঈশৈ ময়েক অসি এ আই আর ইম্ফালগী চহী ৪০শুরকপদা শকখিবনি। শৈরেংবদু কনানো হায়য়ু।

৪। "নুপীসে মপোক ময়িদি খরা কনবা তাই/ব্রহ্মানী লাইকোসি কা হায়দু থোকঅমগদ্রা খল্লিনে ইনম্মা।" পরেংশিং অসিনা 'কংলবা সনারৈ ময়োম' কৌবা উপন্যাস অমদগীনি। অইবীদু কনানো হায়য়ু।

৫। "ঐদি ইচম চম্বা মীচম্নি/ঐগী পুন্সি ৱারীনা থোইদোকপা ৱাহন্থোক অমা কনাদসু পীবা ঙমগনি থাজদে।" ৱাফম অসিনা মশানা মশাগী পুন্সি ৱারী ইজরম্বা অইবা অমনা লাইরিক্কী ৱাহৌদোক ওইনা ইরম্বনি। মহাক অদু কনানো?

মথক্তা পীরিবা ৱাহংশিং অসিগী পাউখুম ওক্টোবর ৩০, লৈবাকপোকপা নুমিৎকী অয়ূক পুং ১১ ফাওবগী মনুংদা পাউচে অসিগী ওফিসতা নৎত্রগা ঈ-মেল **hueiyenliteraryquiz@gmail.com** সিদা মেল ওইনা থাবীরকপা য়াগনি। পাউখুম পীবিরকপা/থাবীরকপা মতমদা মিং, লৈফম, মহৈগী থাক অমসুং কন্টেক্ট নম্বর ময়েক শেংনা ইবিরকউ। ৱাহং খুদিংমক্কী পাউখুম চুম্না নৎত্রগা মশীং য়াম্না চুম্না পীবিরকপা মীওইশিং অদুদগী দ্রো ওৎচরগা লাইবক ফবা মীশক অমা খনজগনি। লোয়ননা খল্লবা মীশক অদুদা মনা পীজগনি।

লৌমীশিংগী কাখল

লমদমসিদগী পুথোকপা হৈ-রাশিংদা খরা হেন্না থৱায় য়াওশিনমিন্নরবদি শেল-থুমদা নত্তনা হকচাংদসু কান্নগনি

ডা: এম থোইথোই সিংহ

অহল-লমনশিংনা তোয়না শীজিন্নবা অমদি থন্বীরম্বা ফজরবা ৱাফমশিংগী মনুংদা পোৎহেক-চাহেক ফজবগী ৱাফম তোয়না য়াওই। চাকখুমদগী থোরক্লগা পোৎ হেকপদা পাম্বীদু মশা শোকই-শি হায়নৈ। মনম চেনবা মরু মরাং, কোকফাই, বেক্টেরিয়া য়াওবা মনা-মশিং পায়রু-মল্লুরগা হৌরিবা পাম্বীশিং হেকপা, থৎপদা অকায়বা লৈ হায়বসি পূম্নমক্লা খঙনৈ। লোয়ননা হোংলক্লিবা অঙ্গৈং-অশাগী ফীভমসিগা মরী লৈননা পোৎলম কয়া হেকপদা য়াম্না চেকশিন্নিংঙাই ওইরি।

হৌরিবা এঞ্জাং-নাপী অমসুং উহৈ-ৱাহৈ হেক্লবা মতুং য়োন্নবা শেম-শারিঙৈদা নৎত্রগা লৈখ্রবা মতুংদসু লায়না কয়া কনখৎলকপা মরম্না মনা-মশিং পৎ-পূম্বগী চাংসি য়াম্না ৱাংই। মতম অমসুং মফম খেন্নবগী মতুং ইন্না মনা-মশিং হেক্লবা মতুংদা মাঙহনবগী চাংসি চাদা ১০ দগী ৩০ ফাওবা য়ৌই হায়না পানৈ। অসুম্না হিংকুপশিং (মাইক্রোওর্গানিজম) না মনা-মশিংবু পথহল্লিঙৈ মতমসিদা হুগী মশক ওইরবা মহী কয়া অমসু থাদোরকই। মসিনা পোৎলমশিং অসিবু শীজিন্নবা য়াহন্দে, পোৎলমদুদা য়াওবা মচিগী চাং হন্থহল্লি, য়োনবদা শিৎতে, মমল হন্থহল্লি।

হেক্লবা মতুংদা মনা মশীং হৱাই-চেঙৱাই, উহৈ-ৱাহৈ মাঙবগী চাংসি খরমখৈ হন্থনবা মাঙলিবা অসিগী মরম খঙদোক্লবা হোৎনবা তঙাইফদে। মনা-মশিং, উহৈ-ৱাহৈ হেক্লবা মতুংদা মাঙলিবসিগী মরম ওইনা খরদং পনবা য়াবদি -

১) চেকশিন্দনা হেকপা নৎত্রগা লৈনুংদগী তানবা মতমদা থিন্দৎ খোৎতৎপা অমসুং ককথৎপা নৎত্রগা শোইদৎপদগী মাঙবা।

২) কোকফাই শুজা অমসুং বেক্টেরিয়ানচিংবা কয়ানা পৎহন-পুমহনবা। হেকপদা শোকখিবা মফম কয়াদসু লায়নাশিং তাশিনবা লায়হল্লি।

৩) হেক্লবা মতুংদা অইংবা মফমদা থল্লিবনি হায়দুনসু অঙ্গৈং-অশা অমসুং ঈশিং ঈনিলগী চাং কায়বদগী পৎপা।

৪) হেক্লবা মতুংদা নুংশিৎ-নুংশা চঙহন্দনা ওমশিনবদগী কাঙলোন লান্না মুনশিল্লকপা অমসুং মকু য়াওনা মনুংগী মরুশিংনা ময়োন থোরকপা।

৫) এঞ্জাং-নাপী নৎত্রগা উহৈ-ৱাহৈশিং অদু করম্বা মতমদা চপ চানা মপূং ফাবনো হায়বদু খঙদনা হেকপদগী ফংফম থোকপা শেনফম য়ৌদবদা নত্তনা মপোপ কায়হন্দনা থম্বা য়াবগী মতম তেল্লি।

৬) কাঙলোন চুম্না হেক্তবা, খুদম ওইনা ভেলেন্দ্রি অমসুং খামেননচিংবা হেকপদা থাঙ, কাটিনচিংবা য়াওদবদগী মশা তেকপা, মহৈদা খামদৎপা কয়া থোকই।

৭) মতম থীন্থনা হেকপা অমসুং কুইনা লৌবুক্তা থম্বনা পৎপা পূম্বগী চাং হেনগৎলি। খুদম ওইনা - থাউগীদমক থাবা হঙ্গাম পাম্বীশিংদা তত্তনা থেংনরি।

৮) নোং চুরিঙৈ অমসুং হাংবা কুইদ্রিঙৈদা হেকপা নৎত্রগা য়াম্না শারিঙৈ মতমদা হেকপনা থুনা পৎনবগী মরম ওইহল্লি।

৯) লীদুনা থম্নবগীদমক মশা তাশিলহন্নবা থাবগী কাঙলোন্দা চুমহনগনি।

১০) অতোপ্পা খুদোংচাদবা খরদং পল্লবদা হেকপগা থুনা ইংথহন্নবা মফম অমসুং খূৎলায় ৱাৎপা, হেক্লবা মতুংদা হীদাক কাপথোক্তবা, হেক্লবা মতুংদা থুনা পুথোক পুশিন তৌনবা খুদোংচাবা লৈতবা।

মাঙবা হন্থনবা পাম্বৈশিং ঃ

পাম্বীদা তাবা লায়না তীলনাদা নত্তনা হেক্লবা মতুংদা চেকশিনবা হায়বসিসু পোৎলমশিং মাঙবগী চাং হন্থনবা অচৌবা মরম অমা ওইরি। হেকপা নৎত্রগা খাউরবা মতুংদা পৎ-পুমদুনা মাঙলিবা অসি হন্থহনগে হায়রবদি খাউরমদাইদগীনা কৈথেল য়ৌবা ফাওবদা পাঙথোক্কদবা থৌরমশিংদু কাঙলোন চুম্না ঙাকপা তাই। থৌরমশিংদুগী মনুংদা খরদং লৌখৎপা তারবদি মখাগী অসুম্না পনবা য়াই- ঈশিং পীবদা চাং নাইদবদগী খামেন, হঙ্গাম মুলা, তিলহৌনচিংবা কয়া চেকখায়দুনা মাঙহল্লি। তিলহৌ, চনমগী ওইনদি লোক্কদবা হাপ্তা অহুম ৱাৎলিঙৈদগী ঈশিং চনবা লেপকনি। নাইত্রোজেন হেনবনা মনা মশিং কুইনা থম্বা য়াদে অদুবু মথৌ তারিবা পোটাসকী চাংদুমক পীরবদি থম্বা য়াবগী মতম শাংহল্লি।

হেন্না মমুন ফারবা পোৎশিং কুইনা থম্বা য়াদে, খরা কুইনা থমগদবা, কৈথেলদা পুথোকপদা মতম চঙগদবা ওইরবদি মুনফাত্রিঙৈ হেকপা তাই।

ঈংলিঙৈদা হেকপনা কুইনা থম্বা য়াহল্লি। নুংথিলদা হেকপদগীসু অয়ূক হেকপনা হেন্না ফৈ। শারিঙৈদা হেকপনা খুইশিনবগী চাং থুজিলহল্লি। হেক্লবা মনা-মশিং, উহৈ-ৱাহৈ খুদিংমক য়াম্না থুনা উরুমদা থম্নবা হোৎনগনি। নোং চুরিঙৈদা অমসুং নোং হেক হাঙবগা পোৎ-চৈ হেকপসি কুইনা থম্বা য়াগন্দে। মসি লায়না থোকহল্লিবা মহীক মতায়শিংনা য়াম্না হৈনবা মতাং ওইবননি।

শারিঙৈদা হেকপা তারবসু য়াম্না থুনা ঈংথহন্নবা হোৎনগনি। হেক্লবা পোৎলমশিংদুদগী অতেক-অকায় য়াওবশিং লৌথোকহৌগনি। মসিনা লায়না তাশিল্লকপদগী খরমখৈ হন্থহনগনি।

হেক্লবা মতুং কুইনা থম্বা য়ানবগীদমক হেক্লবা মতুংদা হীদাক কাপ্পা অমসুং হীদাক য়াওরবা ঈশিংদা তীংবগী থবক তৌনৈ। মণিপুরদদি কনানসু তৌনদে। মণিপুরগী মফম কয়াদগী পুথোরক্লিবা মনা মশিংশিং হীদাক য়াওরমগনি হায়বা ৱাফমসিগী ৱারী তোয়না তাই। মপান লমদগী পুশিল্লক্লিবা হৱাই-চেঙৱাই, হৈ-রা কয়াসিদা হীদাক য়াওরমগদবদু খল্লুরবদি মীপাইনিংঙাই ওইগনি। হোস্পিটালদা লৈরিবা অনাবশিং চানবনি হায়দুনা পুনরিবা সেম, অঙ্গুরনচিংবা কয়াসি শীজিন্নবদা অফবা ওইগনি হায়বসি থাজদে। মপানগী হৈ-রা কয়াদা য়াওরিবা পেষ্টিসাইদ রেসিদ্যুগী চাং পেপর কয়াদা ফোঙনখিবদু থেংনহৌবশিংনদি লমদমসিদা পুশিল্লক্লিবা হৈ-রা চানিংবগী চাং হন্থরমগনি। লমদমসিদগী পুথোকপা হৈ-রাশিংদা খরা হেন্না থৱায় য়াওশিনমিন্নরবদি শেল-থুমগী ৱাফমদা নত্তনা লমদমসিগী মীওই কয়াগী হকচাংসু ফগৎনবা হোৎনবদা কান্নগনি।

হৱাই মঙ্গন থাদুনা শেন্দোং তাল্লসি, লৈহাও ফগৎহল্লসি

এস সুমঙ্গল সিংহ

হৱাই মঙ্গন মীয়াম্না য়াম্না পাম্নবা, লোয়ননা চন্নফম য়াম্না লৈবা মরু ওইবা হৱাই মখলনি হায়বদা হায়মনবা থোক্লোই খঞ্জে। হৱাই মখল অসিগী চন্নফমদি য়াম্নমক লৈখ্রে। অতেকপা থরাক ওইনা, অকংবা মরুওইনা কংতক ওইনা, অশঙবা অতেকপা মরূগী আচার অসিনচিংবা মখল মথেল কয়াদা শীজিন্নবা মীয়াম্না থেংনরি। মমাঙৈদগী হৌনা মণিপুরদা হৱাই মখল অসি মায় পাক্লা নৎত্রগা পাক্তনা অদুমক থানদুনা লাক্লি। হৱাই মখলসি শীজিন্নফমগী মতুং ইন্না চাওরাক্লা মখল অনী থোক্লা খোয়দোক্লে। অমনা গার্দেন পী, (অতোকপা থরাক ওইনা শীজিন্নবা মখল) অদুগা অতোপ্পা অদুনা ফিল্ড পী (অকঙবা মরূ ওইনা শীজিন্নবা)। অদুবু মণিদুরদদি অয়াম্বা মখল খুদিংমক অতেকপা থরাক ওইনা শীজিন্নবা ওইনা তৌই। অকঙবা মরূদি, অতেকপা থরাক হেকপা লোইখ্রবা মতুংদা লেমহৌবা খরা অদুখক ওইনা লোকপা ওইনা তৌই। থরাক ওইনা য়োনবনা শেন্দোং হেন্না ফঙবসু হেল্লি। অকঙবা মরূদি মপান্দগী অয়াম্বা পুশিল্লক্তুনা চানরি হায়বা তাই। অতোপ্পা মওংদা অমুকসু মরী চৎপা নৎত্রগা মরী শাংনা চৎপা মকল কয়া অমসুনি। অপাম্বা মওংদা চানবা মখল কাঙলোন চুম্না থাবা অদুনি মরুওইবদি।

অওন পোত্থা পাঙথোকপদা হৱাই অসি য়াওহন্দুনা শেন্দোং তানবগা লোয়ননা লৈহাও হেনগৎহনবদসু অচৌবা থৌদাং লৌহনবা য়াই।

হৱাই মঙ্গন্দা য়াওবা মচি ওইবা চীঞ্জাক্কী মরুওইবা মচন খরগী মরমদা অসুম্না থম্বা য়াই।

থুম থাক্তনা থোংবা নৎত্রগা অফুৎপা গ্রাম ৮০ দা (নোংমগী মী অমনা চাবা চাং) য়াওবা চাং।

কেলোরি (পাঙ্গল পীবগী চাং)	৪২	
পোতাম	- মিলিগ্রাম ৮৮	- ৩%
কার্বোহাইদ্রেত	- গ্রাম ৭.২২	-৩%
ফাইবর	- গ্রাম ২.৫	- ১০%
সুগর	- গ্রাম ৩.৭	-
প্রোতিন	- গ্রাম ২.৪	
কেলসিয়ম	- ৫%	
আইরন	- ১১%	
ভিতামিন এ	- ৩৪%	
ভিতামিন সি	-২৯%	

মসি নোংমগী মথৌ তাবগী মতুং ইন্না পাবনি।

মঙ্গন থাবগী কাঙলোনশিং খরা অমুক য়েংশি।

ঈশিং নুংশিৎ : অইবা মতমদা চানবা পাম্বীনি। চপ চাবা পাম্বী অসিগী অশাবগী চাংদি ১৩°-১৮° সেলসিয়সনি। ২৯°-৩০° সেলসিয়স য়ৌখ্রবদি চাউবা লেপখ্রগনি। অদুমকপু অখুইবা মরূ পানবা কাঙবুদগী শিৎ নানবা মতুম তাবা পানবা কাঙবুনা অইংবা খাঙবা ঙম্বা হেল্লি।

লৈবাক লৈহাও: পাম্বী অসি লৈঙোই, ফোলি তাবদগীনা লৈতান লম্ফাওবদা অদুমক হৌবা ঙম্মী। ঈশিং তুংগনদবা, ঈশিং চিথোকফম লৈবা মফম্না খ্বাইদগী ফৈ।

মরূ হুনবা: পাম্বী মখল অসিদি মরূনা হূনবা নৎত্রগা লীংগদবা পাম্বীনি। হায়বদি চরা হুল্লগা লীংথোকপা পাম্বী নত্তে হায়বনি। পরেংদা অরন অকুং নীংথিনা য়েংদুনা হুনবনদি খ্বাইদগী ফৈ। তঙাই ফদবা মতমদতা চবাক ওইনা হুনবিগনি। মীরমদদি লাঙ্গোল য়োৎলমদা নৎত্রগা ত্রেক্তরদা হাপ্পা সীদ দ্রিল শীজিন্নদুনা চাং মান্ননা হুনবা ঙাক্তনি। মরূবু লৈবাক্তা ফুমগদবা অরুবা অসি সে:মি: ২.৫-৩ ওইহনবিগনি। পরেংগা পরেংগা সে: মি: ৩০ হায়বদি ফুত ১ অদুগা পাম্বীগা পাম্বীগনা ইঞ্চি ৭-১০ ফাওবা লাপ্পহনবিগনি। মণিপুরদা চৎনরিবা লৈতুম মরক্তা চবাক ওইনা হুনবসিদি তঙাইফদনা পংহুন হুন্নবগী ৱানি। মিটর ১.৫ পাকপা ফৈদোম শেল্লগা পরেং নাইনা থাবনদি হেন্না ফৈ। অদুমক নৎত্রবসু মিটর ২গী ফৈদোম ফাওবদি শেম্বীবনা চবাক ওইনা হুনবদগীদি য়াম্না হেন্না ফৈ। মসিনা ঈশিং তুংবদগী য়াম্নমক কনবা ঙমগনি। লৌরিগী ময়া ময়াসু দ্রেন শেম্বীগনি। লৌ পরি ১ মরূ কিলো ১০০-১২০ চঙগনি।

মরূদা হীদাক তোৎপা: মরূ কিলো ১গী চাংদা থিরাম গ্রাম ১গা কারবেন্দাজিম গ্রাম ১গা য়ান্নরগা মমুৎ তানা তোৎহৌগনি।

হুনবগী মতম: সেপ্টেম্বর থানা খ্বাইদগী ফৈ, লাইবক থীবদি মণিপুরদা মসি লুনা থোকই অদুবু দিসেম্বর থা ফাওবা অদুমক হুনবা য়াই।

হার: নাইত্রোজেন য়াম্না চাংদে। করিদা য়ুরিয়া কিলো ৪০ মুক্তি চঙগনি। এস এস এস পি কিলো ২০০, পোটাশ কিলো ৭০দি হাপসি। হাপ্পগী ওংদি য়ুরিয়া অনীরক থোক্লা কিলো ২০-২০ হাপসি। য়ুরিয়া কিলো ২০গা অতৈ হারশিংগা পুন্না অরোইবা খোইবদা হাপহৌসি। মসিগী মাঙজৌননা পরিদা ষষ্টী ষণয়ুংগী হার ষণগাড়ী মপোৎ ১০ হাপহৌরগদি য়াম্না ফরে।

ঈশিং চনবা: ফৈদোম শেল্লবা মতুংদা চুরিদা ঈশিং খরা থাজিল্লগা মরূ হুল্লগদি য়াম্না ফৈ। য়াম্না চোৎলগদি মরূ পুম্বগী চাং য়াম্না হেল্লি। মসি হৱাই অয়াম্বগীনি।

লায়না তীলনা: পাওদরি মিলদ্যু তাগল্লি, থরাক হুৎপি তীল তাগল্লি চেকশিনসি। মতম চানা অখঙ-অহৈ তানদুনা ঙাকথোহৌসি।

হেকপা: থরাক ওইনা হেকপদগীদি থরাক মপুং ফারগা হেকপনা মীনা পাম্বা হেল্লি।

পোত্থোক: অঙনবা মখলগীদি পরিদা কিলো ১০০০-৩০০০ ফাওবা অদুগা খরা মতম শাংবা মখলগীদি কিলো ১০০০০-১২০০০ ফাওবা থোকপা ঙম্মী।