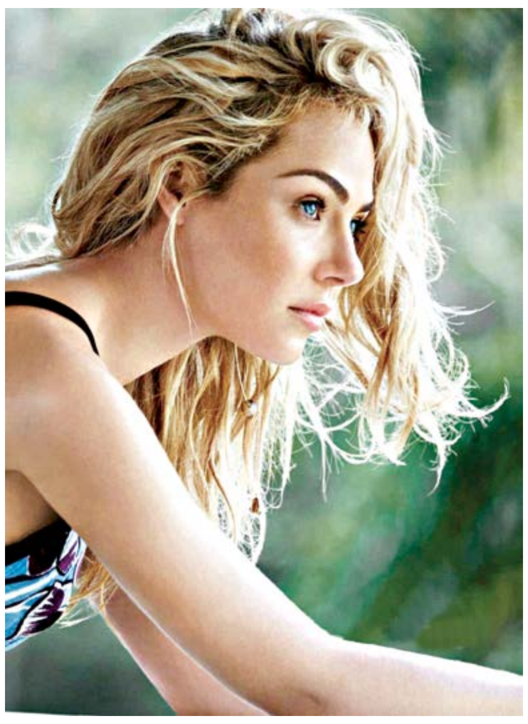
সাউথ অফ্রিকাদা পোকখিবী মালেমগী মমীং লৈরবী এক্ট্রেস Jessica Marais

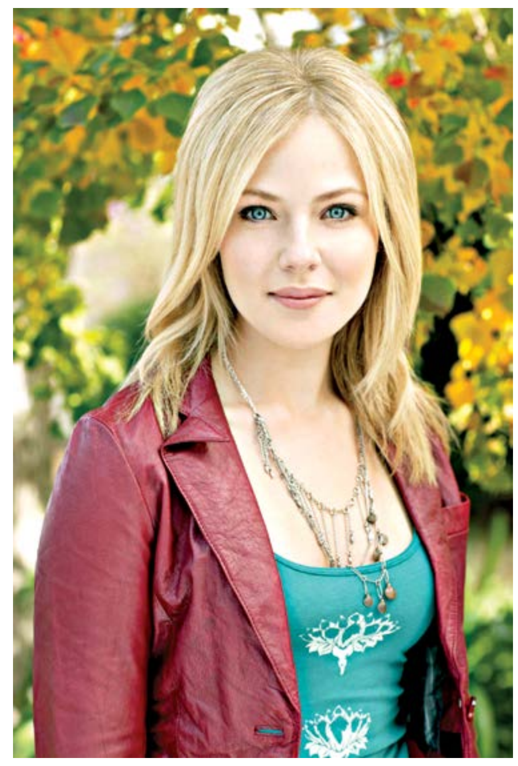
- নানি



রোং গর্ল হায়বা ফিল্ম অমদা মমীং নিংথিজনা চৎখিবী Jessica Marais সাউথ অফ্রিকাগী জোহনেসবর্গ হায়বা মফম অদুদা জন্যুৱারি ২৯, ১৯৮৫ দা পোকখি। তুংদা কেনাদা, ওষ্ট্রেলিয়াদা চাওরকখি। হৌজিক হৌজি কমক্তি ওষ্ট্রেলিয়াগী মেলবোর্ন হায়বা মফম অদুদা লৈরি। ওষ্ট্রেলিয়ান টেলিভিজনগীদমক নমখিবা পেক্ট টু দি রাফটরস অমদি লব চাইল্ড হায়রিবা ফিল্ম অনী অসিনা মহাক্কী springboard ওইদুনা মীয়ামনা মশক খঙনখি। অদুগী মতুংদগী হোল্লিৱুদতা চঙলকখি। হোল্লিৱুদতা চঙলকপা মতমদা মহাক্কী পেঞ্জদবা নুংঙাইতবা ৱারী কয়া অমা লৈখি। অদুনা মহাক্না নোক্না নোক্না হায়- "হোল্লিৱুদ মে নোট ৱান্ট মী। য়ু নো হ্বাট আই মিন"। তশেংনমক্তি মীনা মীবু খেন্নবা থন্বা অমদি মীৎয়েং খেন্নবা হায়বা অসি মালেমগী মফম কয়াদসু অদুমক লৈবজাৎনি। মসিগা মরী লৈননা মশামক্তা থোকখিবা ৱারী কয়া অমা লৈ অদুবু মদু য়ৌনদি হায়নিংদে হায়না মহাক্না হায়রি।

জেসিকানা অঙাং ওইরিৱঁে, মশাগী চহী ৯ শুরকপা মতমদা মখোয় সাউথ অফ্রিকাদগী ওষ্ট্রিলিয়াদা হোংলকখি। নোংমা ফেমিলি পিক্নিক অমা চৎলুরগা হল্লকপদা জেসিকাগী মনাও নুপী ক্লারা, লোয়ননা মখোয়বু পোকপা মপা টৌনিগা ৱারী শানরিৱঁে মতমদা খঙহৌদনা হার্ট এটেক্ট তৌরকখি। পিক্নিবী জেসিকাগী মতম্বাক্তা অপোকপা মপানা লোংনা য়াতাদুনা লৈখিদবদু মমীৎমক্না উহৌখি। জেসিকানা মপাগী অরোইবা মতমদা উখিবা মপাগী মশক অদু ঙসি ফাওবা কাউবা ঙমদ্রি। মপানা মহাকপু মশক নাইবা মীশক অমা ওইহনিংলম্বা অদু নীংশিংদুনা মহাক্কী শোন্থরক্লবা ৱাখলবু মথৌ হাপ্তুনা লৈখি। মপানা লৈখিদ্রবা মতুংদা মমা কেরেননা মচীন মনাও অনীবু য়াম্না ৱানা চাউনবা য়োক্লকখি। পুন্সিদা অৱাবা কয়া মায়োক্নদুনা লাকখি। সেন্ট হিলদাস এঞ্জিলিকা স্কুল ফোর গর্লস হায়বা অদুদা কুমজা ১৯৯৫ দগী হৌনা তম্লকপনা ২০০২দা গ্রেজুয়েসন লোইখি। স্কুল তম্লীৱঁেদগী হৌনা মহাক আর্টপুদি য়াম্না পামজবা মীশক অমা ওইনা লাকখি। অদুনা গ্রেজ্যুএসন তৌনা তৌনা নেসনল ইন্সটিট্যুট ওফ দ্রমাটিক আর্ট হায়বা অসিদসু থিয়টর তম্লকখি। লোয়ননা কুমজা ২০০৭তা গ্রেজুএসন লোইখি। নেসনল ইন্সটিট্যুট ওফ দ্রমাটিক আর্টনা মখোয়গী গ্রেজুএসন মহৈরোয়শিংগীদমক পুথোকপা ৱিল্লিয়ম সেক্সপীয়রগী **Hamlet** হায়বা প্লে অদুদা জেসিকানা ওফেলিয়াগী রোল লৌদুনা কুমখি। দ্রমা অদুনসু জেসিকাবু মহাক্না পামজবা মায়কৈদা চিংশিন্নবগী তাঞ্জা অমা ফংবা ঙমখিবনি। মহাক্না ফাইনেল য়র তম্লিৱঁে মতমদা ওষ্ট্রেলিয়ান টেলিভিজন সেরিজ **Packed to the Rafters** হায়বা অদুদা রাচেল রাফটর হায়বা রোল অমা ফংদুনা কুম্বা হৌরকখি। টেলিভিজন সেরিজ অসি পূন্না ইপিসোদ ৭৫ লৈখি। মসিদা পূন্না দিরেক্টর তরুক লৈখি। ইহান হান্না জেসিকানা ইপিসোদ ১দগীনা ৪ ফাওবদা থেংনরকখিবা দিরেক্টরদি পিনো এমনেতা হায়বা অসিনি। সভেন নেটৱার্ক হায়বা ওষ্ট্রেলিয়ান টেলিভিজনদা টেলেকাষ্ট তৌখিবা সেরিজ অসিদা জেসিকানা ইহান হানবা ওইনা **মোষ্ট পোপ্যুলর পর্সনেলিটি ওন ওষ্ট্রেলিয়ান টিলিভিজন** হায়বা এৱার্দ অসি ফংবা ঙমখি। এৱার্দ অসিমক্নসু মহাক্কী তুংদা লাক্কদবা পুন্সিদা হেন্না চেকশিনহন্নবা মরম অমা ওইখি হায়না মহাক্না ফোঙদোক্লি। রাফটর হায়রিবা টেলিভিজন সেরিজ অসিগী মতুংদা অমেরিকান টেলিভিজনগীদমক **মেজিক সিটি** হায়বা সেরিজ অসিগী ম্যেন রোল কুম্নবগীদমক এসাইনমেন্ট ফংদুনা মহাক মীয়ামীদা চত্তুনা শুটিং তৌরুই। সেরিজ অসিসু অমেরিকাদা য়াম্না মমীং চৎখি।

কুমজা ২০০৮দা ইহান হানবা ওইনা **Two Fists, One Heart** হায়বা অমদগী ফিল্মগী ৱর্ল্ড অসিদা চঙলকপা হৌরকখি। থিএটরগী লৌশিং নিংথিনা তমদুনা হৈরবা জেসিকানা ফিল্মদা চঙশিল্লকপদা, অনৌবা করেক্টর অমগী রোল লৌনবা হোৎনবদা থোইদোক্না অনৌবা অমগী অৱাবা অদুমক্তি লৈখিদে, তৌবতবু মহাক য়াম্না সেরিয়স ওই হায়না মহাক্কী ইহান হানবা ফিল্মগী লাইনদা থেংনরকখিবা দিরেক্টর পিনো অমেন্টানা হায়রি। মশাগী চহী ১২ শুবদগী বাইপোলর দিসওদরস (Dipression) হায়বা ৱাখলগী লায়না অমনা মহাকপু করিগুম্বা মতমদা অনাবা মখল অসিনা হেক হেক পুগে তৌরি। অদুবু মহাক নিংথিনা মেদিকেসন তৌবা অমদি অনাবগী লায়ওং অসি খঙনা ৱাখল খনবনা হৌজিক ফাওবদা থোইদোক্না অশোই অঙাম লৈতনা জেমস ষ্টেৱার্টকা য়ুম্বানমিন্নদুনা মচা অমগী মমা ওইরি। জেমস ষ্টেৱার্ট কনানো হায়বসি মতাং অসিদা খজিত্তুং পলহৌবা চুম্মি। জেমস হায়বা অসিসু এক্টরনি। জেসিকাগী অহানবা টেলিভিজন সেরিজ পেক্ট তু দি রাফটর হায়বা অসিদা মহাক্কী করেক্টরগী ওপোজিৎতা কুমখিবা মীশক অমনি। মখোয় অনী শুটিং স্পোটতা অহানবা ওইনা থেংনখিবনি। ইপিসোদ ৭৫ শুটিং তৌমিন্নরকপদা মখোয় অনী হেন্না নকশিন্নবগী তাঞ্জা ফংনখি, লোয়ননা নুংশিনরকখিবনি। জেসিকা হৌজিক ফাওবদা ফিল্ম ৫ অমদি টেলিভিজন সেরিজ ৪দগী হেন্না কুমদ্রি। অদুবু মহাক্না অমমম কুম্লকপদা মহাক্না শারিবা রোল অদুদি তশেং তশেংবা ওইনা থোরকই। ফিল্মগী এসাইনমেন্ট ময়াম অমা লাক্লবসু মহাক্তিঙ লৌদে। মহাক্না হোৎনবা ঙমগদবা খরদগী হেন্না লৌদে।

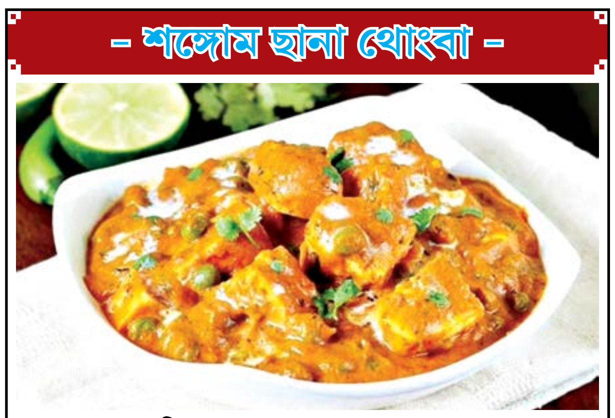


জেসিকা থবক তৌবদা চেকশিনবা অমদি হীরম খুদিংমক তরাইনা লৌদবা এক্টর অসি হৌজিকফাওবদা এৱার্দ পুন্না তরেৎ ফংবা ঙমখ্রে। **Most Popular New Female Talent Award (2009), Graham Kenney Award for Most Outstanding New Talent (2011), Gold Award for Most Popular Actress (2010,2011,2012)** হায়রিবা অসিগীদমক মহাক নোমিনেসনসু ফংখি অদুবু ৱিনর ওইনা ওন্থোকপদি ঙমখিদে। সিগী মতুংদা, **Most Outstanding Actress (2015), Most Popular Actress (2016** অমদি **2017)** হায়রিবশিং অসিনি। হায়রিবশিং অসিগী মনুংদা **লব চাইল্ড** (২০১৬) অমদি **রোং গর্ল** (২০১৭) হায়রিবা ফিল্ম অনী অসিমদি জেসিকাগী অখন্নবা ফিল্মনি। ফিল্ম অনী অসি হৌজিক ফাওবদা ক্রিটিকশিংনা নৈনবগী লোইবা নাইদ্রি। হেন্না নুংঙাইরিবদি **রোং গর্ল** হায়রিবা ফিল্ম অসিগী অনীশুবা পার্ট কুমজা ২০২০দা পুথোক্নবা শুটিংগী থবক অয়াম্বা লোইশিল্লে হায়না মিদিয়াদা প্রদ্যুসরগী মায়কৈদগী থম্লক্লি। ফিল্ম অসিদসু অহেনবা পর্ফোর্মেন্স কয়া অমা শোইদনা পিরক্কনি হায়বগী থাজবা থম্নরিবনি। জেসিকাগী য়াম্না হেন্না মমীং চৎখিবা **রোং গর্ল** হায়বা অসিদা উৎলিবা পর্ফোর্মেন্স অসিদা মালেমগী ফিল্ম নৈনবা ক্রিটিকশিংনা করিনো হায়বা ঙমদবা য়াম্না ফজবা অমা য়াওরি হায়না থম্মি। কুমজা ২০১৮ দগী মহাক্কী ফিল্ম অমদি অতৈ এক্টিংগা মরী লৈনবা খুদিংমক থাদোকখি। মসিগী মরমদি মহাক্কী হেল্থগী ফীভম অমদি ফেমিলিগী ওইবা এটেনসননা মরম ওইরগনি। চহী অসিদা মহাক্না প্লান তৌখিবা **বেদ মাদর** হায়বা ফিল্ম অমগী রোলগীদমক শেম শাদুনা লৈখিবনি। অদুবু মহাক্কী ওইরকখিবা ফীভম কয়ানা শুটিং তৌনবগী তাঞ্জা ফংখিদে। অদুনা মহাক মশানা য়ানা রোল অদুদগী ৱিথদ্রো তৌজখি। মসিমকসু মহাক্কী খ্বাইদগী নুংঙাইজদবনি হায়না থম্লি।

থাজবরা, থাজদবরা? অঙকপনা থল্লবা মালেম

- ❖ **হাকথী খনবদা কনমন্না খল্লবদি রিব তেকহনবা ঙম্মী। অদুগা হকথী খন্নিংবা খাঙজিনবা মতমদা কোক নৎত্রগনা ঙকশমদা য়াওবা ঈগী উতোং অমা পোকখায়দুনা শিবা য়াই। অদুগা হকথী খনবা মতমদা মীৎ পাঙনবা হোৎনরুরবদি মীৎ অদু চোংথোরকপা য়াই।**
- ❖ নুপীদগী নুপানা হেন্না কৃপ্পা ময়েকশিং পাবা ঙম্মী। খোঞ্জেল তাবগী ঙম্বগী পাঙ্গলনা নুপীনা নুপাদগী হেল্লি।
- ❖ পুঙ অমখক্তং হেদফোন উপ্পনা নাকোংগী বেক্তিরিয়া শরুক ৭০০ হেন্না য়াম্বা হেনগৎলি।
- ❖ নহাক্না ষ্টাম্প অমা লৈনা লেকপা খুদিংগী কেলোরি অমগী শরুক ১০ থোকপগী ১ চারিবনি।
- ❖ ঐখোয়গী মীৎ অসি হেক পোল্লকপদগী চাউবগী চাং শুকহেন হেনগৎলক্তে অদুগা নাতোনদি চাউখৎলকপা শুকলেপ লেপ্পে।
- ❖ চাইনিস একুপঙ্কচরগী মতুংইন্না কোক্তা মফম অমা য়াওই, হায়রিবা মফম অসিদা নন্নগা ঐখোয়গী অরাম খৌরাংববু কন্ত্রোল তৌবা ঙম্মী।
- ❖ নুমিৎয়ুংবী অসি ঈশিং মনুংদা মিনিট ২৮ লৈবা ঙম্মী।

- শঙ্গোম ছানা থোংবা -



চঙগদবা মচলশিং :
মেগি ভুনা মসলা গ্রেভি পেক ১।
য়াইঙং মকুপ চামচ মখায়।
মোরোক মকুপ চমচ মখায়।
ফদিগোম মরূ মকুপ চমচ ১।
হৱাইথরাক মরূ গ্রাম ২০০।
ছানা গ্রাম ৩০০ (পিস মচা মচা ককথোক্কনি)।
ঈশিং কুপ ২ (এম এল এ ৩০০)।
থুম খরা।
ফদিগোম মনা অশোইবা টেবল চমচ ২।

থোংবগী মওং :
অহানবদা মেগি ভুনা মসলা গ্রেভি অদু থোংনবগী পাত্রদুদা পুল্লপ হাপচিনবীগনি। মদু মিনট অমরোম ওৎ ওৎতুনা ঊৌবীগনি। মথংদা য়াইঙং মকুপ, মোরোক মকুপ অমসুং ফদিগোম মকুপ হাপচিনবীরগা মখা তানা মিনট অমগসু ওৎল-ওৎলগা ঊৌবীগনি।

হৌজিক হৱাইথরাক অমদি ছানা মথং মথং হাপ্লগা সেকেন্দ ৩০ রোম ঊৌরগা থুম হাপ্লীগনি। সেকেন্দ ৩০ অমগা মখা তানা ঊৌরগা ঈশিং হৈজিল্লগা মিনট ৩ মখুম খুমদুনা থোংবীগনি। ফদিগোম হাপচিল্লগা শীজিন্নবা য়ারে।

সাইন্স এন্দ টেক্নোলোজি

মালেমগী খ্বায়দগী লীরবা ফোসিল ট্রী ন্যু য়োর্কতা থেংনখ্রে চাউরাক্না চহী মিলিয়ন ৩৮৬ কী মমাঙগী ওইগনি থাজনরি

য়ু এস এগী ন্যু য়োর্কতা লৈবা শীজিন্নদবা ক্বারি অমদা চহী মিলিয়ন ৩৮৬ কী মমাঙদা লৈরম্বা ওইগনি হায়না থাজনবা মালেমগী খ্বাইদগী লীরবা ফোসিল ট্রী ফংবা ঙমখ্রে।

ন্যু য়োর্ককী কাইরো মফমদা লৈবা ফোসিলাইজ তৌরবা উ পাম্বীশিং অদু সাইন্টিষ্টশিংনা থাজনবদা মতম অদুগী উমং অদুনা মফম অদুদগী লাম্থোক্তুনা থংনবা ষ্টেট পেন্সিলবানিয়া ফাওবা শনে দাল্লম্বা য়াই হায়রি।

নৌনা ফংখিবা ফোসিলাইজ তৌরবা উ পাম্বী অদুনা য়ু এসকী ন্যু য়োকর্ক ষ্টেটকী অতোপ্পা মফম অমা ওইরিবা গিলবাওদা মালেমগী খ্বাইদগী লীরবা উমংনি হায়না লৌনরিবা অদুদগী চহী মিলিয়ন ২ নৎত্রগা ৩ হেন্না লীরবা উমং ওইগনি হায়না ফোঙদোক্করি।

নৌনা খঙখিবা উমং অদুনা উ পাম্বীশিংগী হৌরকফমগী অনৌবা পরিং অমা পুথোকপা ঙমগদৌরি হায়রি।

য়ুনাইটেদ কিংদমগী কার্দিফ য়ুনিভর্সিটি, য়ু এস এগী বিংহেমটন য়ুনিভর্সিটি অমসুং ন্যু য়োর্ক ষ্টেট ম্যুজিয়মনা য়ু এস এগী হদসন ভেলিদা লৈরিবা কেটস্কিল চীংশাংগী মখোঙদা চহী ১০ হেন্না থিজিনবগী থবক চত্থরকখিবনি।

থিজিনবা অদুনা স্কোৱার মিটর ৩০০০ হেনবগী উমংশিং মেপ্পিং তৌদুনা থবক চত্থরকখিবনি। থিজিনবগী থবক অদুনা উমং অদুনা ক্লেদোজিলোপসিদস অমসুং আর্কিওপটেরিস মখলগী উ পাম্বীগী হৌরকফমনি হায়না ফোঙদোক্লি। অদুবু অহুমশুবা উ পাম্বী মখল অমা মশক খঙদোক্কদবা ৱাৎলি হায়রি।

বাইওলোজিগী চেফোঙ অমা ওইরিবা 'করেন্ট বাইওলোজি'গী কো-ওথর ওইরিবা কার্দিফ য়ুনিভর্সিটিদগী পেলিওবোটানিস ডা. খৃস বেরিনা ফোঙদোকখিবদা, হদসন ভেলিগী মফম অদুদা থিহুম্বগী থবক চত্থদুনা মেপ্পিং তৌবদা দেবোনিয়ন ইরাগী ময়াইথংবা মতমদগী লৈরকখিবা উমংশিং অদুদা হৌরম্বা উ পাম্বীশিং অদু খঙলকপা ঙম্বনি হায়রি।

রিছার্সরশিংনা ফোঙদোকখিবগী মতুংইন্না হন্দক কাইরো ফোসিল ফোরেষ্ট সাইট অদুদা থেংনখিবা আর্কিওপটেরিস রুট সিষ্টম অমা থেংনখিবা অদু য়াম্না পাকশন্না লৈরম্বা অদুনা মতম অদুদা পাম্বীশিংগী মরাশিং অদুনা লৈহাওদগী ঈশিং লৌখৎপগী হোংলক্লিবা মওংশিং অদু খঙদোকপা ঙমখি।

ডা. বেরিনা মখা তানা ফোঙদোকখিবদা, হন্দক ফংলিবা আর্কিওপটেরিস রুট সিষ্টম অদুনা মালেমগী লৈমায়দা পাম্বীশিং হৌগৎলকপা অমদি উমং ওইরকখিবগী মতম অদু খঙদোকপা ঙম্লি হায়খি। উমংশিং অদু ঈচাউনা মাঙ-তাকহনখ্রবা মতুং মখাদা লৈহৌবা মরাশিং অদুগী ফোসিলশিং অদু ফংবা ঙমখিবনি হায়রি।

চিঞ্জাক্না খ্বাইদগী ফবা হীদাকনি - 'হকচাং ঙমদবা মতমদা চাবা কান্নবা চীঞ্জাকশিং'

হায়নৈ, 'চীঞ্জাক্না খ্বাইদগী ফবা হীদাক্নি'। তশেংবমকসুনি, চীঞ্জাক্না হকচাংদা পাঙ্গল পীবখক্তং নত্তনা অহেনবা কয়াসু তৌবা ঙম্মী। অদুগা, হকচাং ঙমদবা মতমদদি চাফম থোকপা চীঞ্জাক চাবা হায়বসি খ্বাইদগী মরুওইবা অমনি।

হকচাং ঙমদবা মতমদা অনাবা অদুবু হকচাংনা থেংননবা হোৎনবদা অকক্লবা চীঞ্জাক খরনা মতেং পাংবা ঙম্মী। চীঞ্জাকশিং অদুনা অকক্লবা লাইওং খরা ফহনবগী মথক্তা অনাবা অদু থুনা ফগৎহল্লকপদসু মতেং পাংই। হকচাং ঙমদবা মতমদং চাবদা খ্বাইদগী কান্নবা চীঞ্জাক খরা মখাদা পীরি।

চিক্কন সুপ: লোক খুলাই নাবা মতমদদি চিক্কন সুপ থকপা হায়বসি য়াম্না কান্নে। চিক্কন সুপ থকপনা ভিটামিন, মিনরেল, কেলোরি অমদি প্রোটিননচিংবা হকচাং ঙমদবা মতমদা য়াম্না মথৌ তাবা পোৎলমশিং অসি য়াম্না লায়না ফংবা ঙম্মী। মসিগীসু মথক্তা দাইরিয়া অমদি লাইহৌগুম্বা তৌবা মতমদা হকচাংদা য়াম্না মথৌ তাবা ঈশিং অমদি ইলেক্ট্রোলাইটসু য়াম্না মরাং কায়না ফংই।

চনম: হকশেলদা কান্নবা পোৎলম মখল শুনা চনমদা য়াওই হায়বা য়াই। চনম হায়বসি চহী কয়াগী মমাঙদগী হীদাক ওইনা শীজিন্দুনা লাকই, মসিদা এন্টিবেক্টেরিএল, এন্টিবাইরস অমদি এন্টি-ফঙ্গেল প্রোপর্টিশিং য়াওই। চনম চাবনা ইম্যুন সিষ্টেম ফগৎহল্লি। মরম অদুনা চনম চাবনা হকচাং নাদা য়েক্তনা থম্বদা মতেং পাংবগা লোয়ননা অনাবা থুনা ফহনবদসু মতেং পাংই।

যুবি মহী: যুবী মহীদা গ্লুকোজ অমদি ইলেক্ট্রোলাইট মরাং কায়না য়াওই। মতীক চানা হাইড্রেট ওইনা লৈবা হায়বসি নারিৱঁে মতমদদি, মরুওইনা লাইহৌ তৌদুনা হুমাং কা য়াম্না তাবা, দাইরিয়া তৌবা অমদি ওবা মতমদা য়াম্না মরুওইবা অমনি। হকচাংদগী মাঙখিবা মহীগী শরুকশিং অদু অমুক মেনখৎপা মথৌ তাই। অসিগুম্বা মতম অসিদা যুবি মহী খজিক খজিক থকপা হায়বসি য়াম্না কান্নে। মসিদা

ফোঙ-ফোঙ শাবা চা: কোল্দ অমদি ফ্লূগা মরী লৈনবা লাইওং কয়াগী ওইনদি চা হায়বসি য়াম্না ফবা হীদাক অমনি। চিক্কন সুপকুম্না ফোঙ ফোঙ শাবা চাসু নেচরেল দিকঞ্জেষ্টেন্ট ওইনা থবক তৌই, মসিনা সাইনসতা য়াওবা ম্যুকস শেংদোকপদসু মতেং পাংই। অদুবু য়াম্না য়াম্না কা হেন্না শারিৱঁেদদি থক্লোইদবনি। চাদা এন্টিওক্সিদেন্ট অমদি এন্টি ইনফ্লেমেটরি অমদি এন্টি-কেন্সর ইফেক্টসু য়াওই।

খোইহী: খোইহীদা এন্টিমাইক্রোবিএল কম্পাউন্দ কয়া য়াওবা মরম্না এন্টিবেক্টিরিএল ইফেক্ট য়াওই। এন্টিবেক্টিরিএল প্রোপর্টি মরাং কায়না য়াওবা মরম্না অরিবা মতমগী ইজিপসিয়ানশিংনদি খোইহী অসিবু অশোকপা দ্রেশিং তৌবদা শীজিন্নরম্মী। খোইহীনা ইম্যুন সিষ্টেমসু ফগৎহল্লি হায়বগী খুদমসু লৈ। থা ১২গী মথক্কী অঙাংশিং লোক খূবদা খোইহী শীজিন্নবদা কান্নবা ফংই।

মথক্তা পীরিবশিং অসিখক্তং নত্তনা হকচাং ঙমদবা মতমদা শিং; লফোয়, ওট, য়োগর্ট, এদভোকেদো, অশংবা মনা মশিং অসিনচিংবা কয়ানসু হকচাংদা কান্নবা কয়া পী।

হকচাং ঙমদবা মতমদা খ্বাইদগী মরু ওইবা তৌগদবা অমা হায়রগদি মতীক চানা পোথাবা হায়বসিনি। মতীক চানা পোথাদুনা, মহী-মনায় অমদি মচি ওইবা পোৎলম কয়া মরাং কায়না চাবা হায়বসি য়াম্না মরুওই।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ২২।১২।২০১৯ ইং, নোংমাইজিং; নুংথিল পুং ৩.২২ফাওবা পোইনুগী ২৬ নি পানবা।

মেষ : ফিংবনা শোকপনবা য়াবা লৈ অমদি ফংবা য়াবা ঙাইবা কন্দ্রদি য়েৎনগনি। অদুবু অনিংবা খরদি পাংগনি, ললোন ইতিক কান্নগনি। অফবা মীংচৎ ফংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নিংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

বৃষ : নিংবা থুংগনি, লাইবক ফবা ওইবনাঅনৌবা থবক পাংবদগী কান্নবা ফংগনি। অয়েৎপা খরদি লৈ অমদি মহ্ চাওবনা য়েংথি অদুনা শাজৎ হৈয়ু, য়েৎনগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - মীৱা লৌগনু।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

মিথুন : চিন কনবা অমদি ইচং থৌবা য়াদে। মীয়াম লোইনবদি পামগনি, নুংঙাইবসু হেনগনি। শেলথুমগী লমদা ৱারবসূ ৱানা কান্নবা ফংগনি। খন্থদ্রদি মাংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবনা চাল্লি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

কর্কট : নচাক-নরল চাওখৎপা অমদি মীনা লাকচবা ঙল্লোইদবা নুমিৎনি। অদুবু ইশৌ লাংলদি খনবা নংগনি। হান্নদগী হোৎনরকপা থবক্তদি নিংহন্নগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক ফবা ৱাৎলি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

সিংহ : মীচং হেনগৎপা, ললোনবদা শেন্দোং য়াম্না ফংবা অমদি ৱাখল তামিন্নবা ঙমবা লৌশিং লৈবা নুমিৎনি। অরং অরাক লৌবা য়াস। য়েৎনবদি য়াদে-খাংউ।
লৈশা পাখংশিংগী - হাইজবা তাবিগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

কন্যা : লৈজবনা কোন্নদবা নুমিৎনি অদুনা লৌশিং চাওবা মীগী ৱা তাউ। লাই গুরুনদি চানগনি অমদি মীয়াম্না য়াগনি। অদুবু মীতোপ্না য়েংথি, চিন য়াংগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - ৱাখল নুংঙাইনা লৈগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

তুলা : ৱাখল থোইনা নুংঙাইবা নুমিৎনি। অনৌ-অনৌবা থৌরম পাংবনা হেন্না মাই পাকচবা লৈগনি। মীনসু লাকচবা ঙল্লোই অমদি ললোন ইতিকসু কান্নগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নিংজবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

বৃশ্চিক : নতোমতগী ৱাখল্লোন্না অরুবা থবক পাংগনু অমদি ৱারেপ লৌগনু। ৱা য়াম্না ঙাংদবা অমদি ফিংদবনা মীংচৎ থিবা য়াবদগী কনগনি। ইমুং-মনুং লোইনৌ।
লৈশা পাখংশিংগী - নিংবা মপা চারোই।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।

ধনু : শেল ফংগনি, মীচং হেনগৎকনি অমদি লাইবক ফবা খরসু লৈগনি। অদুবু অফা অপুনগী থবক্তদি য়াওরুনু-মইথিবা য়াবা লৈ, চিঞ্জাক কামগনু-লন চৎকনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নিংবদি থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক/থোইদিং অমুবা।

মকর : থবক পাংগনি, ইমুং-মনুং নুংশিনগনি অমদি থাজদবা মরমদগী কান্নবা য়াম্না ফংগনি। মরম চাদনা ঙক কল্লদি লন মাংবতা নত্তনা অফা অপুন নংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ /চিনি অঙাংবা।

কুম্বা : চরাংনরদি মীপাইবা নংগনি অমদি হেন্না হোয়া ফরগা য়েক্লবনা ঙমখিনি। হনবা লৈতনা থৌনা লৈনা থৌ পাংবনা থবক পাংগনি অমদি লন ফংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নিংজবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অিঙৌবা।

মিন: শেল ফংগনি, য়েৎনবগী লমদা মাই পাক্কনি অমদি চাদিং হন্থবা ঙমগনি। মরুপ মপাং য়াম্না লোইনবদি চোপকনি অমদি নতক থোংবনা নরল মৎপিগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - অশাওবনা মাংহনগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/কিসমিস।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।