কম্ম্যুনিষ্ট লৈবাকশিংনা ওলেম্পিক্কী ফুটবোলদা খুদোংচাবা লৌখিবা

—লৈশাংথেম অজিৎ—

কুমজা ১৯৪৮ গী মতমদা ফুটবোল শান্নবদা খুমাঙ চাউশিনবা লৈবাকশিং নোংচুপ থংবা য়ুরোপকী লমশিং ফ্রান্স, ইংলেন্দ, পোর্টুগল অমদি স্পেন্নচিংবা অমসুং ব্রাজিল, উরুগ্বে, অর্জেন্টিনানচিংবা খা অমেরিকাগী লৈবাকশিংদা লৈবা ফুটবোল শান্নরোয় অফবা অয়াম্বনা 'প্রোফেসনেল' চঙখিদুনা ওলেম্পিক গেমসতা শান্নরোয়শিং অসি শরুক য়াবা য়াখিদে। অদুবু কম্ম্যুনিষ্ট লৈবাকশিংদা 'প্রোফেসনেল' গী চৎন-পথাপ অসি চৎনবদা অথিংবা লৈবা মরম্না কম্ম্যুনিষ্ট চৎপা লৈবাকশিং হায়বদি সোভিয়েট লৈবাক, জেকোস্লভাকিয়া, যুগোস্লাভিয়া, নোংপোক জর্ম্মনিনচিংবা লৈবাকশিংগী শান্নরোয় খুদিংমক 'অমেচর' গী থাক্তা লৈ। কম্ম্যুনিষ্ট লৈবাক্কী শান্নরোয়শিং অসি প্রোফেসনেল শান্নরোয়গুম্না শেল ময়াম অমা মমল তেক্লদুনা ক্লবশিংনা লৈবা, য়োনবা তৌনখিবগী ৱাফম লৈতে। ষ্টেটনা শান্নরোয়শিং অদুগী দরকার লৈবা পোৎ খুদিংমক লেম্না ফংহল্লি, লৈফম চাফম, ত্রেনিং তৌফম, নোংচুপলোমগী প্রোফেসনেল ওইবা শান্নরোয়শিংনা ফংবা দরকার ওইবশিং অদু ষ্টেটনা ফংহল্লি অদুবু ফুটবোল শান্নবগীদমক লুপা লাক্ষ লাক্ষতা লৈবা, য়োনবগী থবক্তি অথিংবা লৈ। মরম অদুনা কুমজা ১৯৫২ দা হেলশিনকিদা পাঙথোকখিবা ওলেম্পিক গেমসদা প্রোফেসনেলশিং শরুক য়াবদা অথিংবা লৈবা মরম্না কম্ম্যুনিষ্ট লৈবাক্কী টিম হঙ্গেরি অমসুং যুগোস্লাভিয়ানা মকোক মথং তাখি। গ্রেট বৃটেন, ফ্রান্স, ইটালি অমসুং দেনমাক্লচিংবা অফবা টিমশিং মমৈদা (মখাদা) হাইথখি।

কুমজা ১৯৮০ দা মোস্কোদা পাঙথোকখিবা ২২শুবা ওলেম্পিক গেমস ফাওবা কম্ম্যুনিষ্ট লৈবাকশিংনা ওলেম্পিক্কী ফুটবোল চেম্পিয়ন ওইদুনা লাকপদগী ইন্টরনেসনল ওলেম্পিক কম্মিটিনা ফেদরেসন ইন্টরনেসনল ফুটবোল এসোসিএসন (ফিফা) গা তান্নরগা কুমজা ১৯৮৪ গী মতমদগী প্রোফেসনেল ওইরবা শান্নরোয়শিং ওলেম্পিক্তা শরুক য়াবা য়ারে হায়না চে অমা থোকখি। অদুবু য়ুরোপ অমদি খা অমেরিকাগী ওইনদি ৱর্ল্ড ফুটবোল কপ্তা শরুক য়ারুবশিংদি ওলেম্পিক্তা শরুক য়াবা য়াহন্দে। অদুবু লমদমশিং অসিগী ৱর্ল্ড কপ্তদি শরুক য়ারুদ্রিবা প্রোফেসনেলদি ওইরবা শান্নরোয়শিংদি ওলেম্পিক্তা শরুক য়াবা য়াহল্লি। কুমজা ১৯৯২ গী মতমদা প্রোফেসনেল খুদিংমক চহী ২৩ শুদ্রিবশিংদি ওলেম্পিক্তা শরুক য়াবা য়াহল্লম্বদগী কুমজা ১৯৯৬ তা অহোংবা অমা লাকখি। মদুদি ওলেম্পিক্কী টিমদা চহী অকক্ল বা থমদনা প্রোফেসনেল অহুম য়াওহনবা য়াগনি।

অসিগুম্বা অওনবা পুরকপশিং অসিনা কুমজা ১৯৮৪ দা লোস এঞ্জেলিষ্টতা পাঙথোকখিবা গেমসদগী কম্ম্যুনিষ্ট লৈবাক্কী টিমশিং ওলেম্পিক্কী ফুটবোলদা অসুম অসুম মনিং হল্লকখি। মরম অসিনা চহী অদুমক্তদা ফ্রান্স অমসুং ব্রাজিল মকোক মথং তাখিবগা লোয়ননা মথংগী ওলেম্পিক্তা কুমজা ১৯৮৮, সিওলদা সোভিয়েট লৈবাক্লা কম্ম্যুনিষ্ট টিম ওইনা অমুক্তং মায় পাক্লল্লবা মতুংদা স্পেন (১৯৯২), নাইজেরিয়া (১৯৯৬), কেমরুন (২০০০) অমসুং অর্জেন্টিনা (২০০৪) না মথং মথং মায় পাক্লকখি।

কুমজা ১৯৯৬ তা অটলান্টা সহরদা পাঙথোকখিবা ওলেম্পিক গেমসদা অফ্রিকাগী টিম নাইজেরিয়ানা অর্জেন্টিনাবু ফাইনেলদা পাঞ্জল ৩-২ দা মায়থীবা পীদুনা ওলেম্পিক্কী ফুটবোল চেম্পিয়ন ওইখিবা অহানবা

Sweden and Yugoslavia in Football final at the Olympic Games, London, 1948

অফ্রিকা লৈবাক অমা ওইখিবা অসি মীয়াম্না অঙকপা অমা পোক্লখি। ওলেম্পিক অদুদা মীয়াম্না সনাগী মেদলগীদমক আশা তৌনরম্বা টিমশিংদি ব্রাজিল নৎত্রগা অর্জেন্টিনানা ওইরম্মী। নাইজেরিয়াগী ওইনদি টিম অসিনা ইন্টরনেসনল য়ুথ টুর্নামেন্টদা মায় পাকখি। নাইজেরিয়াদা ঈরাং য়াম্না থোকখিবা মতমদা ওলেম্পিক্তা শরুক য়াবা লাক্তুনা মীয়াম্না ইকায়খুম্নবা মশান্না অমদা মায় পাকপা অসি অচৌবা খোঙথাং অমা ওইরম্মী।

লৈবাক অদুগী প্রসিদেন্ট সানি অবাচা য়াম্না তমথিবা নিপানি। পোলিটিক্সতা মহাক্কী মায়োক্তা লৈবা নিপা মাপনবু মহাক্লা ফাঁসি তৌদুনা হাৎহনখি। মদুদা খা অফ্রিকাগী প্রসিদেন্ট নেলসন মন্দেলানা মহাক্কী মায়োক্তা লৈখি। মদুদা মহাক্লা নাইজেরিয়াগী ফুটবোল টিমবু খা অফ্রিকাদা পাঙথোকখিবা অফ্রিকান নেসন্স কপ্তা শরুক য়াহনখিদে। মদুগীদমক ফিফানা নাইজেরিয়াবু ফুটবোল শান্নবদা অথিংবা থমগনি হায়না কিহল্লুবদগী মহাক তুমিন্না লৈখি।

কুমজা ১৯৯৬ কী অটলান্টা ওলেম্পিক মকয়া য়ৌরক্লবা ফাওবদা নাইজেরিয়াগী টিম শেম্বা ঙম্লমদে। লৈবাক অদুগী হান্নগী শান্নরোয় অনী য়াওহনখি। অতৈদি এক্সপরিয়েন্স কয়া লৈত্রিবা শান্নরোয়শিংনি। টিম কেপ্তেন নৱানকোর্দ কানু ওলেম্পিক্তা ওপনিং মেচ শান্নগদবা নুমিৎ হুমনি খক্তং ঙায়রবদা য়ুরোপ্তগী অটলান্টাদা থুংলখি। টিম অসিগী কোচ হোলেন্দ মচা জোন বোনফ্রেরি থবক থাদোক্তুনা ময়ূমদা চৎখ্রবা মতুংদা শান্নরোয়শিংনা হায়জবদগী অমুক হল্লকখি।

সিদনিদা পাঙথোকখিবা ওলেম্পিক গেমসদা, কুমজা ২০০০ দা কেমরুন অমদি স্পেনগা ফাইনেল শান্নবদা পাঞ্জল মান্নখিবদগী পেনালটি কাওনবদা কেমরুন্না পাঞ্জল ৫-২ দা মায় পাক্তুনা ওলেম্পিক্কী ফুটবোলদা সনাগী মেদল লৌবা ঙম্বা অনীশুবা অফ্রিকাগী লৈবাক ওইখি।

ফুটবোল ওলেম্পিক্তা অহানবা ওইনা কুমজা ১৯০০ দা পেরিসতা পাঙথোকখিবা অনীশুবা ওলেম্পিক গেমসদা মশান্না অমা ওইনা য়াওহনখিবদা গ্রেট বৃটেন, ফ্রান্স অমসুং বেলজিয়মদমক শরুক য়াখি। মদুদা লৈবাক অহুম অসিনা মথং মনাও নাইনা মকোক মথং অমসুং অহুমশুবা পোজিসন লৌখি। ওলেম্পিক গেমসবু মীয়াম্না খঙনবা হেন্নরকপগা লোয়ননা মশান্না অসিদা শরুক য়াবা লৈবাকশিংগী মশীংসু তপ্না তপ্না হেনগৎলকখি। অহানবদা য়ুরোপকী লৈবাকখক্তনা শরুক য়ারম্বা ওলেম্পিক্কী ফুটবোলদা কুমজা ১৯২৪ দা পেরিসতা পাঙথোকখিবা ওলেম্পিক গেমসদা লৈবাক ২২ না শরুক য়াখি অমদি উরুগ্বে লৈবাক্লা শরুক য়াদুনা খা অমেরিকাগী টিম্না ওলেম্পিক্কী ফুটবোলদা অহানবা ওইনা শরুক য়াখি। লৈবাক অসিনা অহানবা ওইনা শরুক য়াবদা ফাইনেলদা স্বিজরলেন্দবু ৩-০ দা মায়থীবা পীদুনা সনাগী মেদল লৌখি। মথংগী গেমস, কুমজা ১৯২৮ দা অমষ্টর্দমদা পাঙথোকপা মতমদসু লৈবাক অসিনা ফুটবোলদা সনাগী মেদল অমুক হন্না লৌখি। মরম অসিনা অহানবা ৱর্ল্ড কপ কুমজা ১৯৩০ দা পাঙথোকপা মতমদা উরুগ্বেনা য়ূম্বু ওইখি।

লেজেন্দরি মিষ্টর মাইপাক এন্দ ডা. ঙাঙবম মীতৈ নেসনল লেভেল নেচরেল বোদি বিল্ডিং এন্দ ফিটনেস - ৩

-ডা. ঙাঙবম শান্তিকুমার মীতৈ-

মমাঙগী চেফোঙদা নেচরেলগী প্লেটফোর্মনা করম্বা কান্নবা, অহোংবা পুরকপা ঙমগনি অমদি মশা মউ ফবা হায়বসি মনুং মপান ফবা অদুবুনি হায়বনচিংবা পাবিরিবা মীয়ামদা স্যের তৌজখ্রে। করম্না নেচরেল ওইনা হকচাং মনুং মপান অনীমক ফনা হিংগদগে হায়রবদি থোইদোকপা শান্না খোৎনবগী, হকচাং শাজেল তৌবা অমসুং চাবা থকপা অমদি পুং কয়া নোংমদা পোত্থাবা হায়বনচিংবা খঙজিনবা অমদি ইনবা মরু য়াম্না ওই।

মনুং মপান নাইনা হকচাং ফগে, ৱাখল নুংঙাইনা, লৈতানা হিংগে হায়রবদি পোৎলম অহুম ইনবগী মথৌ য়াম্না তাই। মখোয় অহুম অদুদি - অহানবদা নিংথিনা মরুওইবা বেলেন্স দাইট শীজিন্নবা, অনীশুবদা হকচাং শাজেল অমদি স্পোর্টস শান্নবা অদুগা অহুমশুবদা মরাং কায়না পোত্থাবা হায়বা অহুমসিনি।

অহানবগী বেলেন্স দাইট শীজিন্নবা হায়বসি য়াম্না শেল চিনবগী ৱাফম করিসু লৈতে। মসিদা মরু ওইরিবদি কার্বোহাইড্রেট, প্রোটিন, ভিটামিন অমসুং মিনরেলনচিংবা ফংবা চিঙ্গাকশিং শীজিন্নবদুবুনি। ইরমদম মণিপুরদা শীজিন্নরিবা মনা মশিং, মিট, য়েরুম, শঙ্গোম, হৈ-রা অসিনচিংবশিং অসিদা অয়াম্বা লোইনা ফংবা ঙম্মী। ঙমদবা মিনরেলস নৎত্রগা ভিটামিনশিংদুগী তোঙান্না লৈরগা চাবা তাবনি। লুরিবদি করম্না, করম্বা মতমদা কয়ারক শীজিন্নবা হায়বদুনি। পোৎলমশিং অসি নোংমদা পূন্না চরা অনীখক চাওনা চাবগী মহুত্তা অচৌবা চরা অনী অদু পীকতক্লা চরা ৪/৫ থোক্লা খাইদোক্লগা চাবনা য়াম্না হকচাংদা অমদি ব্রেন্দা কান্নবা হেল্লি। অমনা চরা অনীদা পৈখৈ চাশিনবগী তূম্লিংবা, তম্বুবা অমদি পুক য়াম্না চাওথোকপগী খুদোংথিবদুমা লৈররোই। ঐখোয়না নোংমদা চাবদা অৱাৎপা লৈবশিংদু মেনশিন্নবা মল্টি ভিটামিন্স শীজিন্নবদি য়াম্না তঙাইফদে হায়না থমজগে।

অনীশুবদা ঐখোয় খুদিংমক হকচাং শাজেল তৌবা নৎত্রগা শান্না খোৎনবগী লমদা খোংদাবা য়াম্না মরুওই। স্পোর্টস শান্নবা অমদি হকচাং শাজেল তৌবা হায়বসি হকচাং ফবা খক্তা নত্তে। মসিনা ব্রেনবুসু য়াম্না ময়েক শেংহল্লি অমদি নীংশিংবগী চাং য়াম্না ৱাংহনবতা নত্তনা ৱাখলবুসু নুংঙাইনা অমদি লৈতানা লৈহল্লি। হকচাং ফনা লৈনবগীদমক মীচম অমনা য়ামদ্রবদা হকচাং শাজেল অহুম্লক্তি তৌগদবনি। অহুম্লক তৌবসিসু নুমিৎতু খাইদোক্কদবনি। খুদম ওইনা হায়রবদা নোংমা শান্নরগা নোংমা কাল্লগা শান্নবা য়াই। নৎত্রগা নুমিৎ নীনি শান্নরগা নোংমা কাল্লগা লেমহৌরিবা নোংমা অদু অমুক শান্নবা য়াই। করিগুম্বা মতম হেন্না লৈরগদি নুমিৎ নীনি শান্নরগা নোংমা লেপ্পা অদুগা নুমিৎ নীনি অমুক শান্নবা অসিসু য়াই। মতম হেন্না লৈবা মীওইশিংনা নুমিৎ মঙানি শান্নবসু য়াই। নুমিৎ মঙানিগী ওইরবদি নুমিৎ অহুমনি শান্নরগা নোংমা পোত্থারগা লৈহৌরিবা নুমিৎ নীনিদু অমুক চথবা য়াই। হুমনিবু ওইরে ৪/৫ নিবু ওইরে, নোংমদা মিনিৎ ৪৫ দগীনা পুং অমা, অমগা মখায় ফাওবা শান্নবদা থোইদোক্লা অৱাবা ওইরোই হায়না থমজগে। খ্বাইদগী মরু ওইরিবদি শান্নরিবা পুংজাদুদা পূক্লিং চঙনা থৱায় য়াওনা শান্নবদুনি। নৎত্রবদি মতম লেনবা ওইনা থোক্কনি। মতম লেনবা লাক্ল বসু কয়া অমা য়াওরিবনি। শান্নবগী মফমদি পার্কতা, জিমদা অমদি য়ূমদা শান্নবা য়াই। অদুবু খ্বাইদগী ফবা মফমদি জিমদা ওইগনি। মরমদি জিমদদি খূৎশু খূৎলায় অয়াম্বনা লৈগনি। লোয়ননা অতোপ্পনা কন্না শান্নবদু উরগা ঐখোয়দসু কন্না শান্ননীংবগী ইথিল অমা শোয়দনা ফাওহল্লি। ইতোমতা য়ূমদা নৎত্রগা পার্কনচিংবদা শান্নবা মসিগী খুদোংচাবসি ফংবা ঙমদে।

জিমদা শান্নবগী কান্নবা অমনা, জিমগী খূৎশু খূৎলায়শিং শীজিন্নদুনা শান্নবা অসিনা শেমনীংবা হকচাংগী কয়াৎশিং, হায়বদি মসলশিং মওং তানা শেম্বা য়াই। মসি অতোপ্পা খূৎশান্না অমদি শাজেলনা হেক ঙমদে। জিমগী ইক্কিপমেন্টশিং অসি শীজিন্নবনা হকচাংবু শেমনীংবা মওংদা শেমদুনা মশা-মউ ফহনবতা নত্তনা ফজবা ফীভম, হায়বদি নুপা অমা ওইবগী অমদি নুপী অমা ওইবগী নিংথিজরবা শবান অদু শেম্বা ঙমহল্লি। অদুগা অতোপ্পা অমনা, অতোপ অতোপ্পা মখলগী হকচাং শাজেল অমদি স্পোর্টস তৌবা কাঙলুপ্লসু জিমগী খূৎশু খূৎলায় শীজিন্নদুনা মখোয় মখোয়গী ফিল্ডদুদা মাঙজিল থানা চৎহনবদা য়াম্না মতেংসু ওই।

য়াম্না নিংথিনা চাদুনসু, নিংথিনা শান্নদুনসু চোকথরবা হকচাংদা মরাং কায়না পোত্থাবগী তাঞ্জা পীদ্রবদি কৈদৌঙৈদসু অফবা হকচাং অমদি ফীভম অমা শেম্বা ওইথোক্লোই। য়োৎ থাঙ্গৎতুনা, চেন চোঙদুনা শান্নবদি থম্বু থমখ্রসি, মরাং কায়না তূমদ্রবদি, পোত্থাদ্রবদি করিগুম্বা অমত্তা হৈনীংনা তৌবা ঙমদ্রিবনি। তূম্ববু মপূং ফাদ্রবদি চাক ফাওবা চানিংবা ফাওদ্রিবনি। মসিনা তাকপদি নোংমদা চংদবা য়াদ্রবা পুং ৬ তগী ৮ ফাওবদি নিংথিনা তূমদুনা পোত্থানবা হোৎনবীগদবনি। নিংথিনা পোত্থাবা হায়বসি হকচাং শাজেল অমদি শান্নবখক্কী নত্তে, থবক খুদিংমক নিংথিনা তৌবা ঙম্লবগীনি। য়ারিবমখৈ ঙন্না পুং ১২ গী মমাঙদা তূম্লবা হোৎনগদবনি। ঙন্না তূম্বা ঙন্না হৌবা হায়বা ইপা ইপুগী ৱাহৈশিং অসিদগী হেন্না চুম্বা, ফবা অমুক লৈত্রে।

করম্না শান্নগনি, করম্না চাগনি অমদি করম্না পোত্থাগনি হায়বগী মতাংদা মরিক চুম্না মথংগী খূৎইদা হাপচরক্লগে।

করম করম্বা নেচরেল প্লেটফোর্মশিং :

নেচরেলগী শান্নরোয় অমা ওইরবদি করম করম্বা নেচরেলগী ওইবা প্লেটফোর্মশিং লৈবগে হায়বসি খঙজিনবা য়াম্না মরুওই। ষ্টেট লেভেল অমদি নেসনলগী লেভেলদা য়াওবতা নত্তনা মালেমগী মফম কয়াদা পাঙথোক্তুনা লাক্লিবা ইন্টরনেসনল চেম্পিয়নশিপ কয়া অমা লৈরি। মসিদা য়াওনীংবা চেম্পিয়নশিপ খন্দুনা য়াওবা য়াগনি। লৈবাক অদুগী আই এন বি এগী এসোসিএসন অদুবু মহুৎ শিন্দুনা য়াওবা য়াই। করিগুম্বা লৈপাক অদুগী নেসনল আই এন বি এ এসোসিএসন লৈত্রবদি ইন্দিভিজুএল ওইনা ওনলাইন্দা রেজিষ্টর তৌরগা থোকপসু য়াই। করিগুম্বা লৈপাক অদুগী ওইবা আই এন বি এ এসোসিএসন লৈরবদি ইন্দিভিজুএল ওইনা থোকপা য়াদে আই এন বি এগী রুলস এন্দ রেগ্যুলেসনগী মতুং ইন্না। ইরমদম কংলৈপাক্কী/মণিপুরগী ওইনদি হৌজিক হৌজিক্কীদি আই এন বি এ ইন্দিয়া লৈত্রিবনা ইন্দিভিজুএল ওইনা থোকপা য়াখিগনি অদুবু কুমজা ২০১৮ দগীদি ইন্দিয়াগীসু আই এন বি এ এসোসিএসন শোয়দনা লৈরগনি। ইন্টরনেসনল চেম্পিয়নশিপ য়াওগে হায়রবদি আই এন বি এ ইন্দিয়া মহুৎ শিন্দুনা চৎপা তাই।

মরুওইবা আই এন বি এ/পি এন বি এ (ইন্টরনেসনল/প্রোফেসনেল নেচরেল বোদিবিল্ডিং এসোসিএসন) ইন্টরনেসনল চেম্পিয়নশিপশিংদি : এসিয়া পেসিফিক ইন্টরনেসনল বোদিবিল্ডিং এন্দ ফিটনেস চেম্পিয়নশিপ, মিষ্টর ৱর্ল্ড কপ, মিষ্টর ৱর্ল্ড, মিষ্টর য়ুনিভর্স, নেচরেল ওলেম্পিয়ানচিংবনি। হায়রিবা চেম্পিয়নশিপশিংসি মালেমগী তোঙান তোঙানবা মফমশিংদা চহী খুদিংগী পাঙথোকই। অসিদা নত্তনা, অতোপ্পা ষ্টেট অমদি নেসনল লেভেলদা পাঙথোকপা চেম্পিয়নশিপ কয়াদসু ইন্টরনেসনল এথলেটশিং য়াওবা য়াবগী ষ্টেজ কয়া অমসু লৈরি।

এদিটরদা থারকপা ৱাকৎ, মীয়ামগী খোল্লাউ, পাউদম অমসুং অতৈ-অতৈ

অৱাৎপা শেনফমশিং অথুবদা পীথোকপীয়ু

ইকায়খুম্নজরিবা এডিটর,

ইকায়খুম্নজরিবী সোসিএল ৱেলফ্যেরগী মন্ত্রি ওইবীরিবী মেদাম নেমচা কিপজেন অমদি মরী লৈনবশিংগী মফমদা ৱাফম খরদং থমজরি। মদুদি হান্ননা মেদামগসু উনজদুনা ইন্দিরা গান্ধী ওল্ড এজ পেন্সনগী মতাংদা ৱারী কয়া শান্নজখ্রবনি। অদুবু ঙসি ফাওবা করি অমত্তা থৌশাবীদনা লৈথোকপীরিবসিবু করি মরমগীনো, চিন্দদি অহলশিংগী য়াইফনবা তৌগনি হায়দুনা পাউচে কয়াদা হন্না হন্না হায়বিখি। ষ্টেটকীদি চহী অনী হায়বদি থা ২৪ গী পীবিখ্রে অদুগা সেন্তরগী ওইনা ইন্দিরা গান্ধী ওল্ড এজ পেন্সনগীদি থা ২৮ গী মনুংদা শুপ্লতগী থা ৫ খক্কী পীবিরি। শম্না হায়রবদা পীবিগদবা থা ২৩ ৱাৎলি। অরোইবা মমাঙদা পীবিখিবদু কুমজা ২০১৫ গী ফেব্রুৱারী থাদা পীবিখিবনি। কুমজা ২০১৫ গী মার্চ থাদগী পারগা কুমজা ২০১৭ কী জুলাই থা ফাওবদা থা ২৮ শুরে। ৱারৌবিগনু শোয়রবসু-লাল্লবসু ঙাকপীগনি। সেন্তরগী ফংলিবা ইন্দিরা গান্ধী ওল্ড এজ পেন্সন অসিবু নহানমুক্কী মপোক্তা দিল্লিদা হুন্দোক্লম্বা অতোনবীগী মচা ঙাক্তরা? ইন্দিরা গান্ধী পল্লি হায়দুনা পীবিদবা ওইরগনা নরেন্দ্র মোদি ওল্ড এজ পেন্সন হায়না ওন্থোকপীরো নৎত্রগনা ষ্টেটতা পুল্লপ ওন্থোকপীরো?

অতোপ্পা ৱাফম অমনা পেন্সন অসি ফংবীরম্বা অহল কয়া অমা মতম শাংনা শাংনা নমশিন্দুনা থম্বীবদগী ফংদনা শিখিবসু কয়া য়াওখ্রবনি অদুবু শিখ্রে হায়দুনা হেক্তা ককথৎপীখি। মদু তৌবীগনু। শিখ্রবা অহল অদো করম্বা চহীগী করম্বা থাদা শিখিবনো হায়বদো মুন্না থিগৎপীরগা শিদ্রিঙৈগী থা ফাওবগী ফংফম থোকপদো ইমুং মনুংদা ফংহনবীয়ু। য়ারগদি ফংদ্রিবা থা ২৩ গী শেনফম অদু খরা থুনা ফংহনবীয়ু/পীথোকপয়ু, মচিৎ মকাই তৌবীগনু।

ইতোপ তোপ্পা ৱাফম অমনা ইন্দিরা গান্ধী ওল্ড এজ পেন্সন অসিগী দু থা ১৭ কী লৈ হায়না পাউচেদা থেংনজে। মদুবু করম্না ওইরিবনো? দুদি থা ২৩ গী লৈবনি। মমাঙগী মমাঙদা পীবিখিবদু কুমজা ২০১৫ গী ফেব্রুৱারী থাদা পীবিখিবনি। মার্চ থাগী পৈশানা বোক্কী চাকখাওদা চঙখ্রমাল্লে। এপ্রিল থাদগী ওগষ্ট থা ফাওবগী থা ৫ গী অমুকপীবিরে। কুমজা ২০১৫ গী সেপ্টেম্বর থাদগী দিসেম্বর থা ফাওবদা থা ৪, কুমজা ২০১৬ কী জান্যুৱারী থাদগী দিসেম্বর থা ফাওবগী থা ১২ অমদি কুমজা ২০১৭ কী জান্যুৱারী থাদগী জুলাই থা ফাওবগী থা ৭ পূন্না থা ২৩ ৱাৎলিবা অসিবু করম্না থা ১৭ ওইগাদৌরিবনো? করম্বা থাদগী করম্বা থা ফাওবগীনো খঙজনীংই। অহলশিংসু খরা ফংলগা লোইরে খনবনরা করিমত্তা লাল্লি-চুম্মী হায়বীরক্তে। ঐতনবু অহলশিংবু নুংশিজবদগী থিগৎচবনি। মরী লৈনবা মন্ত্রিশিংসু য়েংশিনবীয়ু/থিগৎপীয়ু। মসিদি চেনবা য়ারোইদবনি। দিপার্টমেন্টনা হাপ্পীরক্লপা পাউচে পূম্নমক লেংদনা থমজরি। মরম অদুনা অৱাৎপা শেনফম অথুবদা পীথোকপীনবা হায়জরি।

অদোমগী - এ মোবী, সোসিএল ৱার্কর