

নতুনশিঙী অখন্ননা কাঞ্চল : - নতুন ফাল

'লৌনম হুইয়েনবনী পুইশিং ফমমং ঐশিগদি তখিঃ ঔন্নায়না হুইয়নুই' - লাংলাল

লাইরিক হৈকবনী

মীখল নকশিল্লৈয়ে! মীরেপা পরেং লেংলরনি। হৈরাং-লেয়াং কং, তরেং শেঞ্জা য়ৈ চিরোল তৌরনি লেইপোং কাদনা খোঁজাল নিরনি মায় পাকহনবিয়ু।

তপা-তপা মাওশিল্লৈয়ে মখোয়গী খোদুলসু হাপ্পিরমলি তাকপীরমলি খাঙবা কনবনী মতোদি শোনখলদনা নতে হোঁজিত নুপি ওইশিং।

আর কে নরেশ্ব সিংহ

সোবিতা মোংজম

নীংখা

খঙজদনা কুপশিল্লৈয়ে পুসিদো কল্লেনি ঈচেলেক্তা হিংবগী মহাও পামেল উজাওনা পায়ব্রদনা পাক চাওই অতিয়গী মীনংশি।

কংলাশা

মৈতে লৈকোলগী কল্লাসা করিগী খোংলি নহুইয়ে অহিং-নুথিগল সনাদা খোংলনু নডবু রারগনি

কেশাম যাইফবি লু

হঙলি রাহংদি লেন্সা লৈতনা

হঙলি রাহংদি লেন্সা লৈতনা মখৌনা ফরিবি ইমা কয়া ইরমদমসিগী

দিসিগ্লিন লৈনা খাঙবা কন্না হোৎপু হোংনরবদি শোয়দনা চংলিবা লস্হী অদূদা মায়পাক ওমগনি



নোকফেং তৌবা মায়থোঙগী মরুমদা

বিশেষ হইরেম, শক্লাইরবা লীলারোই

তাইবঙ শেয়া মপুনা মীওই খুদিংমজা ফজরবা খুদোল কয়গা লোয়ননা মালেমদা থাকিরকই। অদুবু খুদোলশিং অদু মীওই খুদিংমজা মশেক-মঙাল খোঁজা ফজরবা হোংনবা ভূমদে।

কনুকা করি মরি লৈবগে হায়বা রাফমদা ধীগং তুনা ট্রাপ্লেডেশিংগী অমদি শুম্ভাং লিলাব্ অমুকা হেয়া চাওখনবা হোংনবা পাশি।



শুম্ভাং লীলাগী তাইবঙদা চাওরান্না চহী ২০ লোম অবা-অনা খিদনা শুপুগী মীয়ামগী থশোয়াবু শুমহং তুনা পুসিগী অরবা মীংকুপ খরতা ওইরবসু কাউথোকহনবা ভূমদনা লৈবাক মীয়ামগী খোঁগল



কোভিড-১৯ লায়না লাইচংনা মরম ওইদনা শুম্ভাং লিলাগী আটিষ্টশিং থক নতনা তোঙান-তোঙানবা এন্টরনেমেন্টকী থবক তৌজরিবা মীওইশিঙা চাওনা চৈথেং ফংগ্বে, হেঁজিকসু অদুমক

হুইয়েন লানপাও পব্লিক ওপিনিয়ন

মহিয়ান্না করি হায়রি, করি পাশি

থবক লৌবদা অখাঙ্গা মফমশিংদা লৌবা লায়াবরা মীওইশিংগীদমক অখন্ননা মীংহোং চওহসিই



লৈঙাক্কী থবক লৌবদা স্টেট অসিগী অখাঙ্গা মফমশিংদা লৈরিবা লায়রবা মীওইশিংনা থেংনিরিবা

মরম ওইদনা লাইরিক মপুং ফানা তপা ভূমদবা মরম্মা করিগুশ্তা হায়রিবা মফমশিং অসিগী লৈঙাক্কী থবক অমগীদমক এপ্রাই তৌরকপা মতমদা

হুইয়েন হুইয়েংনদা ভোট লেক্কনি হায়না থেক্লেবি



লাক্কিবা ২০২২ দা পাঙথোক্লেদরিবা ১২ শুভা মণিপূর লেক্সিসলেটিভ এসেমব্লিগী জেনরেল

অসিদা অচৌবা ফিদা অমা পীকম খোকপা হায়না খল্লি। সেণ্ট্রেল গভৰ্ণমেন্টগীদদি নুপি কয়ানা মিনিয়ন মিনিষ্টর কমগী পোষ্ট পায়দনা

অদোমগী মরুওইবা ওপিনিয়ন ৯৭৭৮০৫১১৪৫ নংব্রগা hueiyen_lanpao@rediffmail.com/hueiyen_lanpao@yahoo.co.in

ঙসিগী রাশি ফল

আইবা : ডো. বাঃবেম জীলাল সিংহ এলিটেস্ট প্রোফেসর (শাইওস্ট) জেনিটম চীংইমরোং, ইম্ফাল।

জাং ২৩। ১০। ২০২১ ইং, থাক্জ; মেংরাগী ১৮ নি পানবা।

- মেং: য়েংনবা মায় পাঞ্জনি, খিজিবদা কাংগনি অমদি পাঙনিংবা থবক পাঙবা ভূমজগনি। অদুবু অঙুনদা চানবিবা অমদি লৌশিং হুদোকপা রাংকনি, কাওগনি।
- লৈশা পাংখিঃ- নিংবা মণা চারোই।
- খৌনি পোংলম : লৈ হিগোক।
- ফুং: নিংবা থুংগনি, রাখল নুঙাইগনি অমদি মরুপ মপাংগী মতেং ফংগরবা নুইংনি। পুইংদা ডিনবা খরা লৈসসু পাইইক্লে লৌশিং চাওনবা মীকোক থোংগনি।
- লৈশা পাংখিঃ- রাংগোবা লৈগনি।
- খৌনি পোংলম : লৈ অঙোবা।
- মিন: অশাওবা অমদি নাপদদগী চেকশিদবা তৌগনি। য়েক্লেবনা পাঞ্জনি অমদি চরানবনা কায়নগনি। ঈংখেই অমদি মরুপ মপাংগী রা কাওগনি, শাগশনি।
- লৈশা পাংখিঃ- মতম হৌনখো।
- খৌনি পোংলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।
- কর্কট: অশাওনবা মরুপ মপাংগী খনবা যাবা নতনা লম অয়াম্দা মায় পাঞ্জনা নুইংনি। হকচাং খিৎগনি, শেদোং চাওনা ফংগনি, অফবা মীংচং ফংগনি।
- লৈশা পাংখিঃ- নিংবা থুংগনি।
- খৌনি পোংলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।
- সিংহ: নিংবা থুংগনি, মীচঙ হেনগংকনি অমদি অসৌবা খৌরম পাংবা য়ারগনি। মীয়ামদা মরি ফংগলক্লে অমদি পল্লভা থবকী নুঙাইঙে। হরানবদিং চেকশিঙে।
- লৈশা পাংখিঃ- মরি ফংগকনি।
- খৌনি পোংলম : লৈ হিগোক।
- ক্যা: নচাক নরল ফংবা অমদি লাই-গুরুনা চানবিবা নুঙাইজবা লৈগনি। অদুবু মরম চাদনা ইচঙ খৌক্লেবনা নরল কায়বা য়াবদি লৈ।
- হোয়া ফংগ শাগশনি।
- লৈশা পাংখিঃ- নুংগিবা নুংগিবি।
- খৌনি পোংলম : লৈ অঙাংবা।
- তুলা: খোয়াংবা অমদি খুং চাওনবা মাঙজবা লৈগনি, ফিৎগনি। অদুবু নথক থোংনবা চানবিগনি, ফমথোং ফংগক্লে নুঙাইজগনি অমদি মীংচং ফংগনি।
- লৈশা পাংখিঃ- থাংগপনি।
- খৌনি পোংলম : লৈ অঙাংবা।
- বুদ্ধিক: ডুসি নিংবা থুংগনি, অসৌবা খৌরমদা পুইং পেঞ্জা অমদি নথক থোংনবা য়াম্মা চানবিবা নুইংনি। নক্লেবনা নরল মপিখিবা য়াবদি লৈ, মিঙে।
- লৈশা পাংখিঃ- নুংগিবা ফংগে নুঙাইঙে।
- খৌনি পোংলম : লৈ নাপু/সাইঙং।
- ধন: ইচঙ থৌবা কাংগনি, মাঙলোমদা চঙশিল্ল, নিংহগনি-কানানসু লাক্চবা ভূমলোই অমদি লন চংগনি। কায়নবগী নুঙাইজবা লৈগনি, ইয়াং পুগনি।
- লৈশা পাংখিঃ- মরি ফবা রাংলি।
- খৌনি পোংলম : লৈ হিগোক।
- মকর: চরানবনা অমদি হোয়া ফংগা মতম মাঙবদি লৈগনি। মরুপ মপাংগী মতেং অমদি ইচং খৌনবা থবক পাঙগনি। মীঙোলৈ খিৎবা শেল খৌজিবনা য়ারগনি।
- লৈশা পাংখিঃ- লাইবক ফবা রাংলি।
- খৌনি পোংলম : লৈ অঙোবা/শ্লেসাম।
- কুস্ত: য়েংনবা খরা লৈসসু অমদি খাংল খোকপা রাংলসু নথক থোংনবা চানবিগনি, অফবা মফমথোং ফংগক্লে নুঙাইগনি অমদি পাঙগদবা থবক পাঙগনি।
- লৈশা পাংখিঃ- য়েংনকুন কায়ননি।
- খৌনি পোংলম : লৈ হিগোক।
- মিন: লম খুদিংবা মায় পাঞ্জনি। ওইজ-ওইজক ফংগনি, হকচাং নুঙাইগনি, অফবা লাইরিক পাংগী কায়বা ফংগনি, লম চংগা কায়নি অমদি খাংল খোক্লে।
- লৈশা পাংখিঃ- নুংগিবা ফংগনি।
- খৌনি পোংলম : লৈ হিগোক।

জপানিজ বাটর থেরাপি

মসিগী কানবশিং, খুদোংখিংশিং অমদি ইফেক্টিভ ওইবগী চাং-১

জপানিজ বাটর থেরাপি হায়বসিদা অয়ক খুদিংগী হেঁক হৌগংলকপগা রুম টেম্প'রেচরগী ঈশিং গ্লাস কয়ামরুম থকপগী খৌওং চইথে। হায়রিবা প্রেক্সিস অসিনা খোঙ হান্না নুঙাইতবা (কনষ্টিপেসন) অমসুং ব্লড প্রেসর বাবৎদগী হৌরগা টাইপ ২ দাইবিটিজ



অয়ক তুশ্বা হৌগংলকপগা চাকখাউ হাঙলিঙেদা অমদি চীন-য়া শেংলিঙেদা রুম-টেম্প'রেচরগী ঈশিং গ্লাস (১৬০ এম এল) মরিদনগী মঙা ফাওবা থক্লেবনি, থক্লেবনা মতুং মিনিট ৪৫ লৈরগা ব্রেক ফাষ্ট চাগদনি।

কান্না কয়া অমগীদমক ইফেক্টিভ ওইবা ট্রিটমেন্ট অমা ওইদ্রগসু, ঈশিং য়াম্মা থকপা হায়বা অসিনা হক্লেগী ওইবা কান্না খরদি অদুমক গীবা গুন্সী। মসিদা নতনা, থেরাপি প্রোটোকোল অসিবু গুন্সী চংগনা হকচাংগী

খৌনি পোংলমশিং: অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কংগীভূ মইয় ফংগনি।