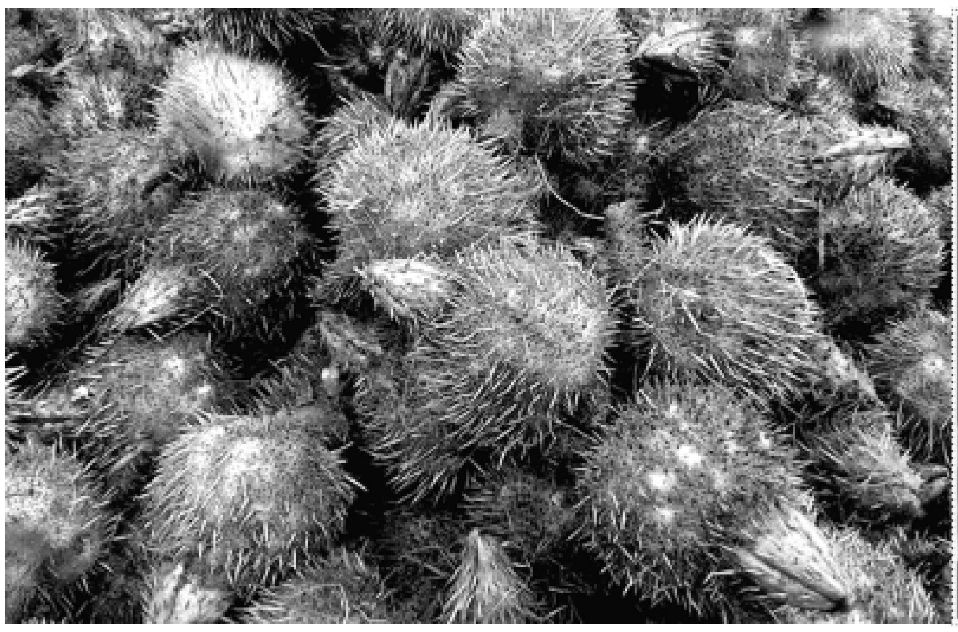
হীদাক কান্নরবা পান্বীশিং ঃ থাংজিং

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



মণিপুরদা থাংজিংবু মশক খঙদবা কনাবু লৈরমগদগে! মীপুম খুদিংমক্না খঙই হায়না লৌবদা চুক্লগনি। থাংজিং পান্বী অসি ইংলিসতা ফোক্সনট (Foxnut), হিন্দি, বেঙ্গোলি অমসুং বিহারীদা মাখানা (Makhana), সাইন্টিফিক নৎত্রগা বোটানিকেলগী ওইবা মমিংদা *য়ুরাইল ফেরোক্স (Euryale ferox Salisb)* হায়না কৌই অমসুং *নিম্ফেসী (Nymphaceae)* নৎত্রগা *য়ুরাইলেসী (Euryalaceae)* শাগৈগী মনুং চল্লি।

থাংজিং পান্বীগী মতাংদা নুংঙাইরবা ৱারী অমা লৈ মদুদি থাংজিং পান্বী অসি অমাজোনগী লমদমশিংদা হৌবা থাংজিং পান্বীগা মান্নরপ তৌবা ভিক্তোরিয়া রেজিয়া (Victorial regia) হায়রিবা ঈশিংদা হৌবা মালেমগী খ্বাইদগী চাউবা মনা পাল্লি হায়না লৌনরিবা পান্বী অসিগী কজিন (Cousin) হায়বদি খুরা-ইন্দোমচানা পোকপা অমগুম্বনি হায়না লৌনৈ। খেন্নবা হায়ববু থাংজিংগী মশা পূম্নমক্তা য়াম্না থৌবা তিঙ্খংশিং পাল্লি অদুবু ভিক্তোরিয়া রেজিয়াদদি থোইদোক্না তিঙ্খং পান্দে লোয়ননা থাংজিংগী মনা অদু ইপাক-পাক্না ঈশিংদা তাওই অদুবু ভিক্তোরিয়া রেজিয়াদদি মনা অদুগী অকোয়বা অদু পুখম অমগুম্না চাং মান্ননা মথকলোমদা থেকৎলি। ভিক্তোরিয়া রেজিয়াগী মনা অসিনা থাংজিংগী মনাদগী থোইদোক-হেন্দোক্না চাউবা হেল্লি লোয়ননা ভিক্তোরিয়া রেজিয়াগী ঈশিংদা তাওদুনা লৈবা মনা অমগী মথক্তা অঙাং অমা থম্বদা মনা অদু ঈশিংদা লুপথহনবা ঙমদে হায়বগী ৱাফম লৈ। থাংজিং পান্বীগী Species কী মমিং ফেরোক্স হায়বসি পান্বী অসিগী মশা পূম্নমক্তা য়াম্না থৌরবা তিঙ্খংশিং পান্দুনা হেক য়েংবদা তমথিবা মতৌ (Ferocious) উবদগী থোনখিবনি। থাংজিং পান্বী অসি গোর্গোন প্লান্ট হায়নসু খঙনৈ।

এসিয়া, জপান, চাইনা, কোরিয়া, নোংপোক থংবা রসিয়া অমসুং বংলাদেশকী খরা শারপ তৌবা মফমশিংদা থাংজিং পান্বী অসি মহৌশাগী ওইনা হৌবগী পাউদমশিং লৈ। থাংজিং পান্বী অসি ইন্দিয়াগী মনুংদা মণিপুর অমসুং বিহারদা পাক শন্না থানৈ। ঙসিদি থাংজিং পান্বী অসি মালেমগী মফম খরদসু থানখ্রে।

থাংজিংগী মরুদা য়াওবা মরুওইবা চিঞ্জাক্কী ওইবা মচলশিংদি প্রোটিন চাদা ১০.৩, ফেট চাদা ০.২, কার্বোহাইদ্রেট চাদা ৮৯, ফাইবর চাদা ০.২, এস চাদা ০.৬ অদুগা মিনরেলশিংগী মনুংদা কেলসিয়ম (গ্রাম ১০০ দা মিলিগ্রাম ৩৪), ফোসফোরস (গ্রাম ১০০ দা মিলিগ্রাম ১০০), আইরন (গ্রাম ১০০ দা মিলিগ্রাম ১.৫), পোটাসিয়ম (গ্রাম ১০০ দা মিলিগ্রাম ৬৬) অসিনচিংবনি। থাংজিংগী মরুদা য়াওবা কেলোরি অসি ৪০০ নি।

ঐখোয়গী লমদম মণিপুরদদি অতোপ্পা মফমশিংদা তৌনদবগুম মখল মথেলগী চিঞ্জাক ওইনা শীজিন্নৈ। থাংজিংগী মখোক (মনাগী) অদুগী তিঙ্খং অদু খোক্তোক্লগা শিংজু ওইনা চান্নৈ। অতোপ্পা মফমশিংদদি থাংজিংগী মরু অসি Starch হায়বদি চনাং শেন্বগী য়াম্না মরুওইবা পোৎশক অমা ওইনা শীজিন্নৈ। মালেমগী মফম অয়াম্বদা য়াম্না ফাওরিবা মাখানা হায়রিবা চিঞ্জাক অসি থাংজিংগী মরু অদু মৈদা ঙৌরগা পোকখায়হন্দুনা শেন্বা চীঞ্জাক মখল অমনি। হায়রিবা চিঞ্জাক অসি অনাবা মীগী অমসুং অহল ওইরবা মীওইশিংগী খ্বাইদগী ফৰবা ব্রেকফাষ্টকী চিঞ্জাক অমা ওইনা পাম্না শীজিন্নৈ।

হায়রিবা মাখানা অসি ষ্টার হোটেলশিংদা য়াম্না পাম্না শীজিন্নৈ। হায়রিবা চিঞ্জাক অসি শেম্নবগীদমক্তা থাংজিং অদু ঈশিং মনুংদা মমুন ফানা মুলহল্লগা মথন্তা পোকখায়রক্তুনা মরুশিং অদু ঈশিংগী মথক্তা তাওখৎলক্লবা কান্দা ইল (Net) অমগী মতেংনা খোল্লগা লৌখৎতুনা মপান থংবা অনঙবা মপ্রাম অদু লৌথোক্লগা নুংশাদা ফজনা কংহল্লবা মতুংদা মৈদা লৈঙোই চ্রোচ্রোবীদা ঙৌদুনা উতুপ অমনা শারিঙৈদা য়ৈদুনা পোকখায়হল্লি।

থাংজিং পান্বী অসিদা হীদাক্কী ওইবা মগুনশিংসু য়াওই। থাংজিংগী মনা অসি শুগাইরগা শেম্বা হীদাক অসি নুপীনা অঙাং পোকপদা চৈনা হন্থহনবা হীদাক ওইনা শীজিন্নবগী পাউদম লৈ। মীওইবগী ফীরাক অমসুং মশীংখাগীদমক্তা খ্বাইদগী ফবা হীদাক নৎত্রগা চিঞ্জাক অসি থাংজিংগী মরুনি হায়না অখঙ অহৈশিংনা হায়রি। পাউদম অমগী মতুংইন্না থাংজিংগী মরু অসি চাং নাইনা চাবদা নুপা-নুপীগী ফন্বী ফগৎহনবা ঙম্বতা নত্তনা নুপীগী ফীঙৌ চৎপদসু থোইদোক্না কান্নহল্লি। মাখানা অসি ঈশিং পুকচৎকী লায়নানা নাবা মীওইশিংগী য়াম্না ফবা চিঞ্জাকনি। Premature ejaculation হায়রিবা নুপামচাশিংনা মপূং ফাদনা ফন্বী চৎপদসু থাংজিংগী মরু অসি পীজদুনা লায়েংবা য়াই।

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

ইন্টরনেট সার্ভিস প্রোভাইদর থিংজিনখিবা

ইকায়খুম্নজরিবা এডিটর,

ৱাকৎপা ঙমদ্রবা ঙসিগী ইরমদম অসিগী মীচম অমা ওইরুবনা অৱাবা মখল কয়া মায়োক্নরিঙৈ মরক অসিদা হৌজিক্কী ওইরিবা লৈবাক্কী ইশ্যু অসিগা মরী লৈননা সাইবর দাউন তৌখিদুনা ইন্টরনেট অমসুং এস এম এসকী খুদোংচাবা ফংহনখিদবা অসিদা রিচার্জ অমদি দেটা পেক হানজিল্লুরগা শীজিন্নবদি য়াহন্দবসিনা অৱাবা মায়োক্নুরে। ইরমদম অসিদা লৈরিবা সাইবর য়ুজর পূম্নমক্না রিচার্জ তৌশিল্লুরবা দেটা পেক শীজিন্নদনা মাঙখ্রগনি। মমাংদসু হৌজিক থোক্লিবা প্রোব্লেম অসিগুম থোকখ্রে। মদুদসু ঐহাক, মহাক হায়বা খায়দনা মণিপুর অপূনবগী ওইনা অমাঙবা ওইখ্রে।

মতাং অসিদা ইন্টরনেট নেটৱার্ক সার্ভিস কম্পেনিশিং অমসুং গভর্ণমেন্টকী মায়কৈদগী রিফন্দ তৌবগী ৱাফম লৈখিদে। মাঙজরিবসি ঐখোয় পূম্নমক্কীনি। নোংমদা ষ্টেট অসিগী মীচম মীয়ামদগী লুপা কয়া কয়া চাংচৎতা মাঙজবগে হায়বসি খন্থদুনা পূম্নমক্না নৈনবিয়ু। ঐখোয়না মসিগী মতাংদা মাঙজরিবা অসিগীদমক ৱাকৎচে অসি কনাদা তৌফম থোকপগে?

ইন্টরনেট সার্ভিস প্রোভাইদর থিংজিনবনা লৈবাক্কী ঈরাং লাকশিনবা ঙম্লগদ্রা? ঈরাং লাকশিনবা ঙম্লবসু মণিপুরগী মীচম মীয়ামগী শেঙ্গাওদগী শীজিন্নফম খঙদনা মরম চাদনা মাঙখ্রিবশিং অসিদি কনানা থৌদাং লৌগদৌরিবনো? মীচম মীয়ামগী মরল মথুম মাঙহল্লগা লৈবাক শান্তি ওইরগনি খল্লবদি গভর্ণমেন্ট অমসুং দিমোক্রেসি হায়বসিগী ৱাহন্থোক লৈরিব্রা?

হৌজিক ওইরিবা লৈবাক্কী ইশ্যু নৎত্রগা প্রোব্লেম অসিগী রুট কোজ অসিগী হৌরকফম লৈতবরা হায়বা ৱাহং অসি গভর্ণমেন্টতা হংজনীংই। অৱাবা তারবা মীচম মীয়ামগী মরক্তা হেনজিন্না লায়রবা কয়াদি ইন্টরনেটকী ৱাফম নত্তনা কদাইফাওবা কয়ামুক ৱাই হায়বসি লৈবাক্কী মপি-মপা ওইরিবশিংনা উবিদ্রবজাৎলা?

মতাং অসি য়ৌরবফাওবদা লমদম অসিগী মীচম মীয়াম্না সাইলেন্ট ওবজার্ভ অমগুম য়েংদুনা লৈরগদ্রা?

শেলগী মমাই অনী লৈবদি অঙকপা নত্তে অদুবু ইরমদম মণিপুর অসিদা অনী-অনী থোকপগী চৎনবী অমা লৈরক্লিবসিদি অঙকপা অমা ফাওজে। মথক্কী তেন্তকপা ৱাহৈ খরা অসিদা য়ানিংবা য়ানিংদবা হায়বা অনী অসিদি শোয়দ্রে। অদুবু দিমোক্রেসি চৎপা লৈবাক্কী সিটিজন অমা ওইনা সাইলেন্ট ওবজার্ভ ওইবা ঙমদদুনা এদিটরগী মফমদা ৱাফম খরা অসি স্যের তৌজরি।

অদোমগী - থাওদেম রোমেন মৈতৈ
ককৱা লমদাইবুং ইম্ফাল

য়ু এন সীগী মতম কক্তবা ব্লোকেদ

ইকায়খুম্নজরিবা এডিটর,

মণিপুরদা হৌজিক শাথিরবা কম্যুনেলগী ওইবা থৌদোক থোক্লবা মৈ চুখৎপা হৌরকপা অসিদি ইন্দিয়া গভর্ণমেন্ট অমদি এন এস সী এন (আই-এম) অনীগী মরক্তা ৱারী শান্নবা হৌরকপদগীনি। মসিনা মরম ওইদুনা হৌজিক্তি মতম শাংনদগী মীচম মীয়ামগী থম্মোয়দা মৈ চুরকপা কুইরক্লবনিনা মৈ হৌনা চাকপা হৌরক্লে। মসিগী মরুওইবা মরমদি মণিপুরনা ইন্দিয়াদা তিল্লুবা অমদি মসিনা মণিপুর কায়নবা ওইরকপা অসিনি। ইরমদম অসিগী চমজরবা মীপুম খুদিংমক্কী থম্মোয়দা মচিন থৌরবা তানা থিনবগা চপ মান্নরবা থৌদোক ময়াম অমা মমাঙদা কয়ারক থোকখ্রে। হৌজিকসু ময়াম অমা থোক্লি।

মণিপুরদি চহী লিশীং কয়াদগী নিংথৌ কয়া পান্দুনা চীং-তম চারৌ-মৌরৌনদুনা কনাগীসু মীখা পোন্দনা লৈরকপা লমদমনি। কুমজা ১৯৪৯, ওক্টোবর থাদগীদি মণিপুর লোইলম অমগুম ইন্দিয়াগী ফিবান্নুংদা ঙসি ফাওবা ৱানা লৈরক্লি। সেন্টরদগী থাদরকপা মচুম খরনা ইরমদম অসিগী য়াইতোং খমদোংবা নেতাশিংনা ইরমদম নুংশিবা শাদুনা মণিপুরবু দেল্লিদা বনধোপ থমদুনা মখোয়গী মরন-মথুম পৈশিল্লি। কোংগ্রেসকী এম পি অনী মণিপুরদগী চৎখিবা দিল্লিদা তূম্লিবরা? মণিপুরদা লৈরিবা বি জে পি কাঙবুসু তূমদুনা লৈরিবা করিগীনো? ইন্দিয়া লৈঙাক অমদি নাগালেন্দদা বেজ তৌবা এন এস সী এন (আই-এম) গা শান্তিগী ৱারী শান্নরকপা চহী ১৫ রোম হেল্লে। ঙসি ফাওবা লোইশিনবা ঙমদনা লাক্লি।

হৌজিক্তি অমুক সেন্টরদা বি জে পি লৈঙাক লৈরকপদগী এন এস সী এন (আই-এম) না অমুক মশোঙ ফনবা হেনগৎলক্লে। মসিদগী সেন্টরগা এন এস সী এন (আই-এম) গা ফ্রেম ৱার্ক এগ্রিমেন্ট হায়দুনা সাইন তৌনখ্রে। অদুবু হায়রিবা এগ্রিমেন্ট অদুগী মনুংদা করি ৱারোলশিং য়াওরিবা হায়বদু মণিপুরদা বি জে পিনি হায়না লৈজরিবা নেটাশিংনা করি খঙলবগে? মসি সেন্টরদা পাল্লিবা বি জে পি গভর্ণমেন্টনা মণিপুরগী বি জে পি য়ুনিটতা খঙহন্দনা লোৎশিন্দুনা থল্লিবা করিগীনো? অমরোমদা দিল্লি অমদি মণিপুরগী কোংগ্রেস পার্টিনা অসুক শাংবা ইকনমিক ব্লোকেদ চথরকপসিদা তুমিন্না লৈশিল্লিবা করিগীনো? মসিনা তাকপদি ইন্দিয়ানা মণিপুর লোই-লম অমগুম থম্বা পান্বা অমদি থুগাইবা পান্বীদগীরা? মরম অসিনা নেসনল পোলিটিকেল পার্টি অমত্তনা মণিপুরবু কনবা ঙমগদৌরিব্রা?

হৌজিক মণিপুরগী ওইরক্লিবা ফীভম অসিদা হৌখিবা দিসেম্বর ২১, ২০১৬ তা ইমা কৈথেলদা ওল কম্যুনিটিজ পিছফুল কো-একজিসটেন্স হায়বা কাঙলুপ খুদিংগী ওইবা মীফম অমা পাঙথোকখ্রে। মদু মতাং চাবা মীফম অমনি হায়বা য়াই। মীফম অদুদা কাঙলুপ খুদিংমক্না তোঙান তোঙানবা মত কয়া ফোঙদোক্লখি। অদুবু হায়রিবা পিছফুল মীসন অদুদা নোল্লুক্না ৱাফম অমত্তংগা হাপচিনবীনবা থমজরি। মদুদি চুম্নগী ব্লোকেদনা চীং তম অনীমক ৱানরে, য়ু এন সীগী প্রসিদেন্ট অমসুং ইনফোর্মেসন সেক্রেটরি অনীবু মণিপুর লৈঙাক্না কন্দিসন য়াওদনা থাদোকপীয়ু অমদি য়ু এন সীনা ব্লোকেদ হন্দোকপীয়ু হায়বা অসি য়াম্নদি ফজৈ। মসিনা তুং কোয়না মণিপুরদা ইং তপ্পা চাওখৎপা লমদম অমা ওইবা ঙম্লগদ্রা? য়ু এন সীগী পান্দমদি ঐখোয় পূম্নমক্না খঙনরবা ৱাফমনি।

অরোইবদা হায়জনীংবা ৱাফম অমদি পীকখ্রবা ইম্ফালগী মফম অসিদা মতম শাংনদগী খুন্দা লৈতাদুনা লৈরক্লবা চীংমী ইচিন ইনাওশিং অমদি চর্চকী লুচিংবশিংনা ৱাফমসিমত্তং য়ু এন সীদা থম্বীয়ু। ৱাফম অদুদি - "তম্পাক্তা ইংনা-চিক্না, নুংশি চান্ননা, খুন্দা লৈতানা মীতৈশিংগা হিংমিন্নরি। মরম অসিনা ঐগী লম, মাগী লম হায়বা ৱাফম অসি থাদোক্তুনা ব্লোকেদ অসি হন্দোকউ, চীং-তম নুংশি চান্ননা লৈমিন্নসি, মসি নখোয়না য়াদ্রবদি তম্পাক্তা লৈরিবা চীংমীশিংগা চীংদা লৈরিবা চীংমীশিংগা মতম পূম্বগী ওইনা মরী থদৎনরে" হায়বা ৱাফম অসি য়ু এন সীদা অমুক্তা থম্বীরগদি পূম্নমক্কী য়াইফবা ওইগনি থাজজৈ।

অদোমগী - অথোকপম অঙৌবা
ৱাংখৈ নিংথেম পুখ্রি মপাল

মরোল থোকপা লাই

জাতকক্কী শৈরোল

মৈতৈলোন্দা ইথোকপা
: বি জয়ন্তকুমার শর্ম্মা

থীক্লেম অথৌবা

মপোক অমা বোদ্ধিসত্ত্ব ব্রাহ্মণ ওইনা পোক্লম্মী;
টক্ষশীলা চত্তুনা মহৈ মশীন তম্লম্মী।
মহৈ মপূং ফারগা অন্ধ্রদবু চত্তনা,
হাকথেংনবা জ্ঞানবু তান লৈখি মতম লেন্দুনা।
মতাংসিদা মহাক্না খনখি, "ঐগী মীওইসে,
নিংথৌ মনাক চঙবদা পূক্লিং চিংশীন ঙম্লোইসে।
মীওইনগা পীকশিল্লে ইশক্নগা থীজিল্লে;
কনা'ই পূক্লিং ফাঙম্লোই ইনম্নগা পোনশিল্লে।
অদুনদি থিরগে ৱাং-চাউরবা অমবু;
মাগী মরুম থুপ্লগা ওইগে পুন্সি হিংববু।
অসি খন্না থিখরে মীওই মিতৌ ফজবা;
ফিশা শঙদা থেংনরে ভীমসেনা কৌরবা;
ৱাং চাউনা লেম্লবা ফিশারোয়দি অমবু।
মখোয় অনী য়ান-ৱা ঙাঙনখরে লোইনবু।
ভীমসেনানা মাঙদা থা বরানসী য়ৌখরে;
নিংথৌ মনাক য়ৌনবা মখোয় অনী চঙখরে;
ভীমসোননা হঙ্গৎলি তেলহৈবনি মহাক্না;
মচাদুনা খোঙলোয়নি লাকচবনি তুংইন্না।
ভীমসেনাবু কোনুংদা থবক অমা হাপ্পীখি;
থাখায় খুদিং শেঞ্জাসু লিশীং অমা পীবিখি।
খরা লৈর' নিংথৌনা কৈ হাৎলু হায়রক্লে;
থীক্লেম্বনা মঙোন্দা 'সুম্না পাউতাক পীরক্লে,
"নঙনা খুন্দু য়ৌবগা খুঞ্জা ময়াম খোমজিল্লো;
লীরুং পায়বা মখোয়গা কৈফমদবু থোমজিল্লো।
ময়াম কৈবু তাল্লিঙৈ মচি'মদা লোত্তৌনি;
মখোয়না কৈবু হাৎপদা নঙনা উরি থিদৌনি
'হিংনা ফাগে তৌবা কৈ করিগীনো হাৎলিবা?'
অসুম্নবু কদমতৌ খুঞ্জাশিংবু কিহনবা,
খুঞ্জানসু নঙোন্দা ৱানোম পোৎপু পীরনি;
নিংথৌদ'ইসু মনাদি কয়া অমা ফংলনি।"
বোদ্ধিসত্ত্ব'ই পাউতাক্লৌ ভীমসেনা চৎখরে
পাউতাক-তুংইন-কৈবু-হাৎ মনা মথুম্না থোনখরে।
সুম্না, ইরোই হাৎখিবা বোদ্ধিসত্ত্ব'ই পাউতাক্লি;
মনা মথুম কয়া'মা মতাংদুসু ফংবনি।
মীওইবগী মপুকচেল লৈচীলগীদি মতৌনি;
লৈচীল' নাপল কারকপা চীংদা মান্দা থেংবনি।
ভীমসেনা থীকনেমগা চীন্দান পাউদান' খৎনরে;
"নঙগী নথৌ লৈতেদো" 'সুম্না কন্না ঙাঙনরে।
তাঞ্জাসিদা সহরদা য়েক্না লান্দাশিল্লক্লে;
লান্বা পারু হায়দুনা ভীমসেনা থারক্লে।
শাফি লানফি শেত্তুনা শামু থক্তা তোংদুনা,
লাম্হৈংনগে থোরক্লে খূৎশু তেনসু পায়দুনা।
বোদ্ধিসত্ত্ব থীকনেমসু মীজাউগীদি হাকন্দা,
পোলি-পোলি তোংলম্মী শামু তায়বোৎ মনীংদা।
কোনুংদগী থোরকপা হোজঙ ৱাংমা লানবদা,
লান্মী ময়াম মরক্তা লানবুঙ য়ৈব'ই খোঞ্জেলদা,
ভীমসেনা কিবনা মশা থকথক নীক্লম্মী;
"অদুক কিগন নঙনসু লানগা তৌনি' লাকপা শাই;
অদুগুম্বা থৌনানা নাপলগাসু তৌবশাই।"
চৈবোই লাকপোই ঙাঙলগা কুমথহল্লে সেনাবু;
"নয়ুম চৎলো" হায়দুনা চৎহনখরে মহাকপু।
মদু'ই তুংদা শামুথক লানগী লাল্লাউ লাউদুনা,
য়েক্লবগী লানবন্দা হোৎচিনখরে থীকনেম্না।
লানহৌরকপা নিংথৌবু ফারে, তুংবুন্নখরে;
বরানসী নিংথৌদা লানফা ওইনা কৎখরে।
নিংথৌনবু থাগৎখি মনা মথুম পীবিখি;
মুণি-মীপীক তেলহৈবা ইন্দিয়া শীন্না ফাওরকখি।
মনা মথুম পুদুনা বোদ্ধিসত্ত্ব হল্লক্লে;
দান ধর্ম্ম তৌদুনা মহাপুণ্য তাল্লক্লে।