ꯍꯨꯏꯌꯦꯟ ꯂꯥꯟꯄꯥꯎ
হুইয়েন লানপাউ
থাংজ, এপ্রিল ২৫, ২০২০, ইম্ফাল
৪৪শুবা চহী, ৩১শুবা মশীং

## কোরোনাভাইরস অমসুং মেন্টেল হেল্থ ক্রাইসিস
### মীওই কয়া ৱাখল লায়না পোকহল্লকপা য়ানা লৈরে

খুন্নাইদগী লাপথোক্লা লৈয়ু অমসুং মীয়াম তিনবা মফমদা চঙগনু হায়বা লৈঙাক্কী থৌরাংনা নুমিৎ কয়ানি লেপ্তুনা চথরক্লবদা মীওই অয়াম্বা নাইতোম লৈবগী অৱাবা মায়োক্লবা হৌরে। মীওইবনা মতম পূম্নমক্তা নাইতোম লৈবা ঙমদে হায়বসি পূম্নমক্লা খঙনরবা ৱাফমনি। মতম খরদা ওইরবসু মীওইবনা নাইতোম লৈবদা পূক্লিং-ৱাখলগী লায়না পোল্লকই হায়না অখঙ-অহৈ কয়ানা ফোঙদোক্লি। য়ু এসকী ৱেন ষ্টেট য়ুনিভর্সিটিদা ট্রোমা স্পেসলিষ্ট ওইনসু লৈবা সাইকিয়াত্রিগী এসিষ্টেন্ট প্রোফেসর অরশ জবনখনা হায়খি, কোরোনাভাইরসকী লাইচৎনা মীওই কয়া পূক্লিং-ৱাখলগী লায়না পোকহল্লকপা য়ানা লৈরে। খুদোংথিনীংঙাই ওইরবা লাইচৎ অসি শন্দোরকপা লেপখ্রবসু মীওই কয়াদি পূক্লিং ৱাখলগী অনাবা অমগা লোয়ননা মতম শাংনা হিংহৌবা য়ানা লৈরে। হীরম অসিগী মতাংদা অখঙ-অহৈ কয়ানা হায়খি, মহৌশাগী মাঙহন-তাকহনবা থৌদোক থোরকপা খুদিংগী মীওই কয়া পূক্লিং-ৱাখলগী লায়না নাবা থেংনরি। কোভিদ-১৯গী লায়নানা নারবা মীওই কয়া ফীভম ফরক্লবসু মতম শাংনা পোষ্ট-ট্রোমাটিক ষ্ট্রেস দিসওর্দর অমসুং দিপ্রেসন মায়োক্লরকপা য়াই। কোভিদ-১৯গী লাইচৎ লাকশিন্নবা হোৎনবদা মাঙজিন থানা থবক তৌরিবা মীওই কয়াসু পূক্লিং-ৱাখলগী লায়না পোল্লকপা য়াই হায়না রিপোর্ট অমনা ফোঙদোক্লি। য়ুনিভর্সিটি ওফ টোরোন্টোগী ক্রিটিকেল ক্যের মেদিসিন দিপার্টমেন্টতা এসোসিয়েট প্রোফেসর ওইবা লোরা হোরিলক্লা হায়খি, কোভিদ-১৯ না নারবা মীওই কয়া ফীভম ফগৎলক্লবা মতুংদসু এঞ্জাইটি, ইন্সোমনিয়া অমদি দিপ্রেসন মায়োক্লবা থেংনরে। কোভিদ-১৯গী লাইচৎ লাকশিন্নবা হোৎনবদা মাঙজিল থানা মথৌ পাঙথোক্লিবা হেল্থক্যের ৱর্করশিংদসু খুদোংচাদবা অসিমক মায়োক্লবগী খুদম ফংলে। হৌজিকমক্কী ওইনা কোরোনাভাইরসকী মতাংদা লায়েংনবগী পাম্বৈ লৈত্রিবা অমসুং ভেক্সিন পুথোকপা ঙমদ্রিবা মরম্না মীপূম খুদিংমক্কী পূক্লিং-ৱাখলদা অকিবা অমদি লাংতক্লবা ফাওহল্লে হায়বা য়াই। মীওইবনা মতম চুপ্পা খুন্নাইদগী লাপথোক্লা নাইতোম হিংবা ঙমদে। নোংমা-নীনিদং ওইরবসু নাইতোম লৈবা মতমদা মীওইবগী পূক্লিং-ৱাখলদা অহোংবা কয়া লাকই হায়না হীরমসিদা খঙ-হৈরবা মীওইশিংনা ফোঙদোকপা লৈখ্রবনি। 'ন্যু ইংলেন্দ জর্নেল ওফ মেদিসিন'দা ফোঙলকখিবা রিপোর্ট অমদা সাইকিয়াত্রিগী প্রোফেসর বেটি পেফরবোম অমসুং কেরোল এস নোর্থনা হায়খি, খুদোংথীবা তানফম অমা মায়োক্লরকপা মতমদা মীওই খরগী পূক্লিং-ৱাখল শোন্থহনবা তারবসু কনাগুম্বা খরদা অনৌবা থৌনা হাপকৎলি।

হীরম অসিগী মতাংদা অখঙ-অহৈশিংনা হায়, খুদোংথিনীংঙাই ওইরবা লায়না-লাইচৎ অমা শন্দোরকপা নৎত্রগা মহৌশাগী মাঙহন-তাকহনবা থৌদোক অমা থোরকপা মতমদা মীওই কয়া পূক্লিং-ৱাখলগী লায়না পোল্লকপা থেংনৈ। খ্বাইদগী খুদোংথীবা মায়োক্লরিবসি হেল্থক্যের ৱর্করশিংনি। করিগুম্বদা অনাবা অমা লৈখিদবা থোক্লবদি হেল্থক্যের ৱর্করশিংগী পূক্লিংদা মীপাইবা পোকপগী চাং হেনগৎহল্লি। অনাবা মীওইশিং লায়েংবদা খুদোংথিনীংঙাই ওইরবা লায়না-লাইচৎ অসি লৌনরক্কদ্রা হায়না মীপাইবা পোক্তবসু নত্তে। হান্নদগী হৌনা পূক্লিং-ৱাখলগী লায়না লৈরবা মীওইশিংদসু লায়না-লাইচৎ অসিনা খুদোংচাদবা মায়োক্লহল্লে। এঞ্জাইটি, দিপ্রেসন অমসুং সিজোফ্রেনিয়াগী লায়না লৈবা মীওইশিংদি অমুক্কা হেন্না ফীভম হেঞ্জিল্লকপা য়ানা লৈরে। কোরোনাভাইরসকী লাইচৎ মপূং ফানা লাকশিনখ্রবা মতুংদসু মীওই কয়াদি পূক্লিং-ৱাখলগী লায়নাগা শাগোন্নদুনা হিংহৌরগনি হায়না অখঙ-অহৈশিংনা ফোঙদোক্লি। ইন্দিয়ন সাইকিয়াত্রি সোসাইটি (আই পি এস) গী রিপোর্ট মতুংইন্না কোভিদ-১৯গী লাইচৎ শন্দোরকখ্রবা মতুংদা ইন্দিয়াদসু পূক্লিং-ৱাখলগী লায়না লৈবা মীগী মশীং হেনগৎলক্লে। আই পি এসনা হন্দক্তা চথখিবা ষ্টদিগী রিপোর্ট অমনা হায়, কোভিদ-১৯ লাইচৎ লাকশিন্নবা মার্চ ২৪দা প্রাইম মিনিষ্টর নরেন্দ্র মোদিনা লৈবাক্কী মফম শীনবা থুংনা লোকদাউন লাউথোকখ্রবা মতুংদা লৈবাক অসিগী মীওই কয়া পূক্লিং ৱাখলগী লায়না পোল্লকপা থেংনরে। হৌজিকমক্কী ওইনা অতোপ্পা পাম্বৈ লৈতবা মরম্না কোরোনাভাইরসকী লাইচৎ লাকশিন্নবা লোকদাউন তৌবনি হায়বা য়াই। অদুবু লোকদাউননা মরম ওইরগা মীওই কয়াদা পূক্লিং-ৱাখলগী অনাবা ওইহল্লক্লিবসিগী মতাংদসু খন্থবা মতম ওইরে।

## এডিটরদা থারকপা চিঠি

### অৱাবা কোঙ্গাই খাংমিন্নদুনা হিংমিন্নবা হায়বদু ওইহল্লসি

**ইকায়খুম্নজরিবা এডিটর,**

মালেমগী ওইনা লৈবাক পূম্বদা শন্দোরক্লিবা কোভিদ-১৯ লায়না-লাইচৎনা মীওইবগী পুন্সিদা লান্দারক্তুনা মমল য়াম্লবা মীওই কয়াগী পুন্সি মাঙহল্লি। মসিবু ঙাকথোক্লবা মীয়াম্না অমত্তা ওইনা অৱাবা কয়া খাংদুনা পুন্সি লানফমদা লান্থেংমিন্নসি হায়দুনা লৈঙাক্লা মীয়ামদা লাউথোকপদা নত্তনা অৱাবা খাঙবদা চংদ্রবা য়াদ্রবা মচাক অমা ওইনা চীফ মিনিষ্টরনা লোকদাউন্না চথোক চৎশিন য়াদ্রবা মনুংদা মণিপুরদা লৈরিবা মীওই অমত্তা চরা হেলহল্লোই, লেম্না মীয়ামদা চেঙ য়েনগনি হায়বীখিবগা ইরোয়ননা মীয়ামদা চেঙ খরদং ওইরবসু লেম্না ফংহল্লিবা অসিদা মীয়াম্না থাগৎনরি। অদুবু মীওইবা খুদিংমক পুকচেল মান্নদবা ঐগী ঐগীনা কল্লি, কান্নহৌরগা লোইরে খনবা মীওইসু য়াওনদবা নত্তে। করিগুম্বা পোৎশক অমা য়েন্থোক য়েনশিন তৌবদা এজেন্ট ওইরিবা খরনা পুকচেল শেংনা থবক তৌবীদবনা হেক হেক ৱারৌনবসু থোক্লরি। মতাংসিদা পঞ্জনীংবদি চীফ মিনিষ্টরগী য়াথংনা ৱার্দ-ৱার্দকী এম এল এশিংগী খূথাংদা কাঙলোন চুম্না পোৎলমশিং অদু য়েন্থোক্লবা শিন্নরমগনি। মসিদা এম এল এশিংনা লৈকায় লৈকায়গী এজেন্টশিংদা চেঙ পীবীবদা মশীং শুনা পীবিদবনরা খঙদে, মায়কৈ কয়াদগী চেঙ য়েনবদা কেজি শুই-শুদে হায়বগী ৱাথোক কয়া লাক্লবগী পাউ তানরি। মীপূম খুদিংমক ৱানরবা তাঞ্জাসিদদি পুকচাক্তা মহিক চংবা হায়বসি অফবা ওইগনি থাজদে। করিগুম্বা লম্বী লমহাংদা মীঙোন্দগী চেঙ খজিক লিৎথহৌবদা লম্বী ওইরবসু থেংনবদা চেঙ মরূ অমত্তং ওইরসু খুল্লগা চাউ, মদুনা পুন্সিদা চরা হেল্লোই হায়না অখঙবা অহলশিংনা হায়নরম্বা লৈব্রা খল্লি। পূম্নমক শুপচিঞ্জরগা মীৱা-মৈশা লাংদনবা মরী লৈনবশিংনা পীফম থোকপা চেঙ মশীংদগী তাদনা পীবিরবদি ৱাথোক লাক্লোই খল্লি। অদুনা মীওইবগী পূক্লিং হায়বসি অহেন-হেন্দগী নুংঙাইনদে। পূম্নমক অসি খনবীদুনা ইশাগী ওইজবা থিদনা পুকচেল শেংনা মীয়ামসু মীনিকো খন্দুনা পুকচাক্তা মহিক চংবা (লুট তৌবা) তৌবীদনা অমসু অমসু নুংশিননা অৱাবা কোঙ্গাই খাংমিন্নদুনা হিংমিন্নবা হায়বদু ওইহল্লসি হায়জনীংই।

*অদোমগী - তবানু খুরাইজম*
*ৱাংখৈ অঙোম লৈকায়*

# শিনীংবদি ফাওদ্রি হাৎনীংবদি ফাওরে

**ৱাইরু-ৱাইরুবদা**

হৈক্রেং মখোঙগী ইনে লৈহাউনা মাগী নুপা মান্মা খোইমুদা য়াম্না তোয়না চিনফা ওইনা হায়বা ৱাহৈ অসি শেল লৈত্রে, চেঙ লৈত্রে, ৱারে শিজখ্রগে-শিজখ্রগে হায়রিবা ৱাহৈশিং অসিনি। মান্মা খোইমুগী মফমদদি ওন্থোক্লা য়াক্লা য়াক্লা থোক্লবা ৱাহৈশিংনি। চুম্নতা হায়বা নৎত্রিবা শিজখ্রগে-শিজখ্রগে হায়বা ইকোন-কোনবগী ৱাহৈশিং অসিনি। মমা-মপা, মপুরোইবা, মচা-মশু লোইনা শিখ্রফাওবদা মী অমনা শিরগে-শিজরগে হায়না খনবা ফাওবা খন্নদে হায়নরিবসিনি। ঐদদি শিবদা য়াওবিদবা হায়দুনা। মীনা শিনীংলকপগী মরম য়াম লৈরমগনি অদুবু ঐ খঙদে। ঐসু... মরমদি ঐসু নোংমতা শিনীংবা ফাওদ্রি। ফাগি তৌদুনা ঐনা নোংমতা শিন্নীংঙে-শিন্নীংঙে হায়দুনা হামেং খোঙবদৌনা মে-মে লাউনা অমুক্তা খোঙলুদ্রি। শিনীংবগী মহুৎ হাৎনীংবদি ফাওই, মসি তশেংনা হাৎলগে হায়বগী ৱা নৎচদে, সুম হেক পেল্লক্তবদগী চিন্দগী হায়দোকখিবা ৱানি। হঙ-হঙ-হঙ...।

ৱারী অমা লৈ, ইনে লৈহাউনা মাগী হৌনবী শিজরগে-শিজরগে হায়বা ৱাহৈ অসি মান্মা খোইমুনা নুংথিল ফম্মেন্দা ফম্লগা ঙাইহাক উরোন-শারোন তৌরিঙৈ অদুদা হৌরক্লবা ওইরে। মদুদা মান্মা খোইমুনা নঙনা য়াম্না হেক শিনীংবা লৈরবদি ঐ হাৎপীগে লাউ হায়দনা ফম্লম্বদগী ফুক হৌগৎলগা খুদাং তাখৎপনি মা... মদুদা ইনে লৈহাউ অদু অমুক হন্না ঐদা শিজরগে হায়বা ৱাহৈ অদু হায়রকখিদ্রে হায়নৈ। ফনা শিনীংবা লৈরসু ইনে লৈহাউ শিনীংঙে হায়বা ৱাহৈ অসি চিনবাল থোক্লা পল্লকপা লৈখিদ্রে। নোঙ্গাখ্রগে হায়সু হায়রক্তে, নোংমনখ্রগে, অশি লৈবাক্তা চৎলগে, অঙাং ওনখ্রগে হায়সু অমত্তা হায়রক্ত্রে। মান্মা খোইমুদি অমুক হাৎলগে-হাৎলগে হায়বা ৱাহৈ অসিনা নুমিৎ খুদিং মশীং থিবা ঙমদবমখৈ হায়গৎলক্লে। নোংমদা মী অমগী মচিন্দগী কোরোনা, কোরোনাভাইরস, কোভিদ হায়বা ৱাহৈ অসি মশীং কয়ানো খঙদখৈ হায়বা অসুম্মাইনা।

হাৎপা হায়বা অসি ইচৎ চৎনদবা পোৎ অমদি নত্তে। মী অদুনা য়াম্না মীফত্তা ওইখ্রবা, চাংদম্নীংঙাই লৈতনা ফৎত্রবা মাগী শিংলি-নাওরি, ৱাখল, থম্মোয়, ফিরাক, চাকখাউ, মশীংখা য়ৌনা ফৎলক্তুবা মী অদুদি লৈবাক্কী প্রসিদেন্টনা হাৎলু হায়বগী অৱাবা খূৎয়েক পীদুনা মী অদু হাৎলি। হন্দক্তসু নিরভয়া কৌবী ইচন অমবু হাৎখিবা হিংচাবা মী মরিখক ইন্দিয়াগী প্রসিদেন্টনা মুন্না খল্লগা শিবগী চৈরাক পীবদা অয়াবা পীখ্রিদুনি। হাৎপা য়ার-য়ারবা মী কয়া-কয়া হাৎপা নংদনা শিখিবা, হাৎপা ঙমখিদবা, কনখৎখিবা কয়াসু লৈতবা নত্তে।

ইনে লৈহাউদি হাৎপা য়ারনি হায়বা মী অমদি নত্তে, মান্মা খোইমুনা মানা ঙাঙলিবা শিজখ্রগে হায়বা ৱাহৈ অদু মুথৎনীংবদগী সুম হায়রুবা ৱানি, অদুগা মাগী মচিন্দা মী হাৎনীংঙে হায়বসি সুম হায়বা খঙহৈ হৈনখিবগী ৱানি নৎত্রগা মানা থওইনা হায়গেনা হায়রিরা হায়বদুমদি থিজিনজদ্রি। মান্মা খোইমু, তশেংনা খোইমুদা খোইমুনি, থোইদোক্লা লৈরাং কয়াবু হাৎলগে, নৈহৎলগে নৎত্রগা লৈমন চলহল্লগে হায়বা নুংদা অমরিশ পুরি ওইবা নীপাদুদি নত্তে। ইনে লৈহাউনা পেন্দ্রিবনা লৈতবা-লায়রবা, লৈশিল্লক্তবা, অহল ওইশিল্লকপা, মচানুপী অনীনা ময়ূম পান্থোক্লখিবা, ময়াগী ওইথোকখিবা অদুগা মতৈ মনাওনা তরক-তরক য়ূমদা লৈহৌবা অসিনি। মচানুপীশিং অদুসু মাদৌনা লায়রবা ইমুংদা ময়ূম-ময়ূম পান্নখিবা মাদৌনা খৎন-খৎন, য়াম্না নংনা-নংনা চাক মবুক থন্না চাবা ফংদনা লেনবা ইমুং-ইমুংদা লৈখিবা অসিনি।

লৈবাক্কী লৈঙাক্কী মায়কৈদগী মমল য়াম্লবা ৱাহৈ লৈতেংনা শেম্বা ফজ-ফজরবা ফ্লেগসিপ প্রোগ্রাম কয়া অমা লেপ্পা লৈতমখৈ লাউথোরক্লি, অঙাংগী, মীরোলবীগী, হনুবা-হনুবীশিংগী, মৌশিংগী, চাজেনবীশিংগী, পেন্সনরশিংগী, লৌমীশিংগী, নুপীগী, থোৎলবা লৈরিকশিংগী, লায়রবশিংগী, মহৈরোয়শিংগী, অনাবশিংগী, দশা নংলবশিং, অৱাবা তারবশিংগী, ঈকংগী, ঈচাউগী, লায়না-লাইচৎকী, কল্যান যোজনা (চাওখৎ থৌরাং) ময়াম মশীং থিঙমদনা লৈখ্রে। অদুবু ইনে লৈহাউগীদি কদাই? লৈরিবা কল্যান যোজনা ময়াম অসিগী ইপক পক্লদবরা?

মান্মা খোইমুনা য়াম্না তোয়না ঙাঙবা অমা লৈ। লৈঙাক্লা য়ূম শাবীরে, লেম্না লাইরিক তমহল্লে, লেম্না য়ুনিফোর্ম, লাইরিক, চে-কলম, খোঙউপ পীরে, টোইলেৎ শাবীরে, চেঙ পীরে, শেল পীরে, পেন্সন পীরে... অরেম-অপানা থল্লে - হায়রে, তশেংনা ঈশৈ শক্তুনা লৈবা য়ারবা মী হায়বদু ওইরে, অদুগা শিজরগে-শিজরগে হায়নরিবসিবু করিনো? ৱারে-ৱারেদা হায়... কদাইদনো অমা হোরৎলিদা... মী হাৎনীংঙকই কো। য়াম পেন্দনা হায়জবনি মাগীসি থোইদোক্লা কনামতনসু তাহৌরমনি থাজজদে। ●

# নোক্লিংদনা হেক নোকপা য়াব্রদো

**নবকুমার ওইনা**

কোভিদনা নাবসিবু ইম্যুন শোন্থবগীনি হায়বসি চুম্লগদ্রা? নোকপসিসু ইম্যুন ৱাংখৎলি হায়রিবসিনা চুম্লবদি ঐখোয় নোক্লবা তৌনদ্রিবা করিগীনো। মীগী মপোৎ হুরাল্লুরগা নোকপা য়াবা নত্তেদা। সিঙ্গরিটি য়াওনদ্রবসু নোকপা য়াগদৌবা মাল্লক্তে। নোক্লবা খরা শিন্নবদি ফবনি খল্লি। খরা নোকমিন্নসি কৈদৌগে।

চহী চাম্মা-চাম্মগী নাগদৌবা লৈরবনি হায়বসি হান্ননা খঙবা মীসু ময়াম লৈরল্লি। পোকপা-শিবগী চগোদগী নাম্থোক্লবা ৱাখল অমা শাগৎলগা য়েংবসু য়াগনি খল্লি। হন্দক্কী নাবা-শিবা ময়ামসি কপ্পগী পাউসি ইউ-উদে। চেকশনবসিবু কিবা ওইনা হেক লৌরদরা। লম্বীদা লাউরিবা ময়ামসি চেকশিন্নবা লাউবা মাল্লক্তবসু য়াওরকই, কিনবা ঙাঙবা কয়া য়াওবা মাল্লি। ফারো, হঙোই চোংহল্লু, করিগী কুম্মৈ য়েংবা থোক্লক্লিবনো হায়বা কয়ানি। ফাইন থিবসু য়াওই হায়, সাইকল থৌবসু ফাবা য়াওই, লোকদাউন থুগাইবগীনি হায়রিবনি। অনাবসি শন্দোকপা মফমসু নত্তবা, মীওই অনীখক নাবদগী ফহনবসু ঙম্লবা, মপান্দগী মীনৌ চঙলকপসু থিংবা লৈরবা, নাদবা ময়াম মরকসিদা অমগা-অমগা পংচেক্তা চেকশিন্নরিবসি মুন্না খল্লুরগা নোক্লিংবা ফাওরোইদ্রা হায়বসি মরুপ গৌরমোহোন্না য়াম্না নোক্লিংদনা হায়রকপনি। মহাকসু মপান্দা চৎলুবা হল্লকপা কুইদ্রিবগী মীনা করি-করা ঙাঙনবা তাবা য়াওরবজাৎলা খল্লি। ঐনা ফাগি তৌজবনি, ইতাও য়োংচাক মরূ-মঙা-মঙা নোংমগী চাবা, ফাবৌ ঙারি (উতোং ঙারি নত্তবা) দু অমমম ঙাল্লগা চারবদি ভাইরস চংবা ঙম্বা নত্তে হায়বগী ঐখোয়দি লুপা লিশীং ৪/৫ থাদরগা ঙসিসু য়োংচাক শিংজুবু চারি। মখা তাশিল্লি : 'করোনা ভাই' হায়বসি ভাই ময়াম্না মানা-মানা থোকপা পংতৌদা তৌনবা, য়েন্নীংবা পোৎ পংয়েন্দা য়েনবা, লৈঙাক্লসু তৌদবা য়াদবগী পংতৌদা তৌবা, লৈবাক মীয়াম্বু পংথাদা থাগৎপা, মীয়াম্নসু লৈঙাকপু পংথাদা থাগৎনবসি ওইরিনি খল্লকপদুনি। শো লোল্লগা মনুংদা লৈবসি ফনবু নুংঙাইরে, য়াওশঙ মনুংবু মাল্লুরে। লাওরিবা, খোংলিবসু তঙ্খায় অমদি মান্নৈ খল্লি। বেন মখোলগা, শাইরেল খোংবা মখোলগা খরদি খেন্নৈ। ক্লবশিংদা চেঙ-চাক, হৱাই-তিলহৌ-আলু য়েনবগী লাউরিবসিনা লাই হরাওবগী হায়ফেৎ মাল্লকপদুনি। খেন্নববুদি অদুম খেন্নৈদা, লাই হরাওবগীনা মী মমিং ময়াম লাউরগা শেল মশীংসু য়াওই। চেঙ-চাক-এঞ্চাং য়েনবগীনা মী মমিং অমগী য়াওই। লাই হরাওবগী চাবনা মী খরনা চাবা, কোভিদনা নাবগীসিনা মী অমা-অনীনা কৎলগা মী ময়াম্না চাবনি। য়াওশঙগী লোকদাউন তৌবনা হোলি লাক্লগা শেল কৎপনি, হন্দক্কীনা গেট হাংলুবগা পোৎ হেক্তা য়েনশিল্লম্বনি। লাই লাক্তৌ শরুক কোরোনাভাইরস লাৎপনা ফগৎলক্কদৌরি খল্লবনি। দিল্লিদগী কোক (য়েনবারাবা) অমা কংলৈপাক য়ৌরকপদা কোরোনা (য়েরূম মওং মানবা) য়েরূম কোক্লে, করিনো হায়য়ু, পাখোঙনি ফোংঙু হায়রি। লোকদাউনদা য়াওবা 'সী' দু ও (০) ওল্লকপদদি লুকদাউন ওল্লকপগী ৱানি। লৈঙাক্কী চেল্লিবশিংনা মীয়াম অমা য়েংশিল্লিবসি নাদনবা শেন্নরিবনি হায়রবসু থেম্ম-থেম্মগা পংপীদা পীশিল্লগা অপঙবা শিবা মাল্লক্কদৌরিব্রা হায়রকপদুনি। য়েনবগী ৱাদি পুলিস ফাওবদা পরেং লেপহল্লগা করি করিনো পংয়েন্দা য়েনবা উই। নাতোন খুন্নগা লাপতক-লাপতক লৌনবদু হান্নগা মান্নদবা উই। নোক্লিংলকপদুনি, হান্নদি নকশিন্নরগা খূৎশু শোক্লবনি। ঙরাংতনি লোকদাউনগী লাউবা লাকপা পুলিসকী গাড়ীদগী কোবী, মাইরে, কোলি হৱাই, তুনিংকোক য়েনবদু কুমথরগা খোমগৎখিবা উহৌরবনি। লুপা মঙা-তরা শেন্দোং তাঞ্জরিবী নুপীনা লানবগী (লোকদাউনগী চৎন-কাঙলোন ঙাক্তবগী) কোবী-হৱাই ওইনা লৌবা ঙম্লিবা মাগী অরানবদি কনানা চুমথোকপীগদৌরি? খন্থ-খন্থরগা নোক্লিংবা অসি নত্তনা করিসু তৌবা ঙমদ্রে। পাংদবশিংগী পুন্সি মরেলসিদুম নোক্লিংলে।

অনাবা অমত্তা লৈত্রবা লমদা অসি য়ৌনা লাউনরবদি তশেংনা অনাবসি শন্দোক্লবা মফম ওইরম্লবদি কমদৌগনি। কোবী, হৱাই খোমগৎপদি হেনগৎলকপসু য়াই, মরমদি ভাইরেল প্রুফ দ্রেশতু শেৎলবদি শক খঙনররোইদনা। নুংথিলদসু ভুট অদুম থোক্ল দৌবনি। হৌজিকসু ভুট থোক্লকপা ওইনা লৌনবা মাল্লি: অমনা অনাবা পুবা মী ওইনা উবা মাল্লকপা, অমনা অনাবদু ময়ূমদগী থোকহল্লকপা য়াদে হায়বা, ভুট অনীদো অমনা অমবু কিনবগী ৱাদুনি। লিলাদগীদি হেন্না ফজনা মাল্লবনি, অনীমক কিনরবনি, কিদবা য়াদে হায়নরবনি। কিরুবসিসু ৱাখল তারক্লগা নোক্লিংলকখিনি খল্লি।

পোৎ য়েনবসি য়াম্না ফখ্রে, শেলনা লৈরুবা এঞ্চাংদগীদি য়েল্লকপসিনা হাওবা হেল্লি। ইশাসি পংচাউ চাউরবোয় খল্লকপসু য়াওরকই। কোভিদকী অনাবসি শন্দোকপা ঙমদ্রবা লমদম অমদা লৈজবগী নুংঙাইজবদুনি। অদুদা কিগনবসিনা, ঙাঙনরিবা লোন্দা অসিদা অপঙবা তারক্কদ্রা, ইকায়বা ফাওরকই। অমনা অমদা পজনীংবগী ৱাসি তাদবা কুইরবনি। হন্দকসিদি চীংদগী মনা-মশিং, লফু ময়াম পীথরকপসি নুংশিনরকপগী হেক হরাওবা ফাওরকপদুনি। চাননবা অনাবদু হেক্তা শন্দোকপা ওইরম্লবদি চাববু ফংনরমদববু য়ারিবনি। থম্মোয় শেংনা হায়রবদা চীংদগী পীথরকপা লফুদো মকক অমতং ওইরবসু চাবা ফংবদি পাম্বনি। ইপা-ইপু ময়ামদু নীংশিংলগা চাজগে খল্লিবনি। লাইবক থিবদগী চাবা ফংদ্রি।

য়েনবদা য়াওদবা য়েন্দি ফজনা হোঙলে। কিলোদা লুপা ১০০/১৩০দগী হেন্দে। ঙানা কিলো অমদা লুপা ৩০০/৩৫০নি, ঙাক্রা-উকাবী ওইরদি লু ১,৫০০নি। তাঙবগীদি মান্দে, হেক নোং ঙানবগা থোঙ্গান্দা ঙাগী ঙা ঙাক্তনি। নোং তারকপসিদা কারকপগা চপ মান্নৈ। শেল পীদ্রসু শোৎপা য়াবা য়াওখৎলক্লবনি। শেন্দোংগীরা খঙদে, য়োনবদি নুংঙাইবা মাল্লি। পংলৈদা লৈনৈ। খ্বাইরম্বন্দ থিংবগী ওইদৌ মাল্লকই। চহী চুপ্পা থিংলসু য়ারে, থোঙ্গালদা ফংবসিনবু ফরে। হোম দেলিভরি তৌবসু ময়াম থোক্লক্লবনি। এঞ্চাং ওইনা থোংলগসু থিল্লকপা লৈরবনি। লৈবাকসি পুমওন হেক ওল্লি। মালেমসি লোইরনি হায়বদু হেক চুম্মী। হান্নগী চাক-এঞ্চাং মাঙই-শেংঙিদু পুম্মুৎ হেক মুৎলনি। য়াওশঙদা তৌরকপা, লাই হরাওবদা তৌরকপা ত্রেনিং ময়ামদু নৎত্রবদি ফীভমসি তারমদবসু য়ারিবনি। মালেমসি কায়রনি, চক অমা লোইরনি হায়বদি কুইরবনি। পাউখোঙদু খঙহৌদবগী ৱাদুনি, ইপা-ইপু লৈতবগী শোরাৎ শোনবগী পংকৎ-কৎপা, পংশক-শকপদু তোক্লরিবসিনি। মতুং তারকপদসু অমুক তোক্লদ্রবদি কোরোনাদু হল্লকপা য়ারিবনি। খূৎ চাম্বনকাক য়াগদৌবা লৈতে। খূৎ চাম্মদি কোরোনা চংবা ঙমদে হায়বা লৈতে। অঙাংদুনা খূৎ চাম্বগী মওংদু তৌরগা হায়রকই, 'শুমহায়না চামগদৌবনি (শাপোন য়াওদনা), খূবাক, খূৎনম, খুজিন, খূৎশা কারক শিনবা থুংনবা শাপোন নোয়দুনা চাম্বসি তৌরবদি (ঈশিং য়াওদনা) মহিক অসি চংবা ঙমদে।'' অদুমহায়না টিভিদকাক তৌবদু তৌরগা খূৎ চাম্লে হেক্তা হায়রিবনি। মখূত্তু চোক্তে হায়রুববু তাকপদসু চোক্তে হায়রকইবনি। ঈশিংদি হায়রগসু, মমিং হায়খ্রে হায়রিসিনি। অঙাংদা তম্বীবা লুখ্রবা পোৎনি, অঙাংশিংসু মানা-মানা থোকপা পংতৌদা তৌনরকপা চক অমা লাকপসিদনি লুকদাওন তৌনরকইবসি।

কনা অমা, করি অমদা মহিক পুশিল্লকপগী ৱারৌজবা লৈজদে। লমদম অসিদা অনাবসি ইয়ৌ হেক হৌদবসু ফজদে। মদুমক নৎলমদ্রবদি এক্সপরিএন্স ইরৈ লৈরোইদৌরিবনি। নুংশিনবসিসু হান্নগী চাংদগী হেনগৎলোইদৌরিবনি। থবক শূবীনবদি লৈত্রবনিনা তেক-তেক শূবসিদা নাকোং য়ৈখৎপদৌনা তারকই 'কারোনা ভাই' শৎ লৈথোক্লগা য়েংলুববু কনাসু উদে। শোন্থাংননা শোনবগুম তৌই, 'হন্দক্তি তয়ার মৈ থাবদি উদ্রেকো' করি হায়রিবনো খঙদে। ●