থম্মোয় পাউদম | হুইয়েন ইন্দু

ঐখোয় নুংঙাইবা ফংগদ্রা?

'নুংঙাইবা পামদবা কনানো'? হায়নৈ, শোন্নৈ পুন্নমক্লা। নুংঙাইবা পামদবা মী লৈতে'সু হায়। মী খূদিংমক্লা নুংঙাইবা পাম্মী হায়রবনিনা, মখোয় কনাসু নুংঙাইবা ফংদে হায়বনি। লাল্লবরা? করিগুম্বা পোৎশক অমগী অপাম্বা পোক্লক্লিবদো-মঙোন্দা লৈতদুনা তৌরিবনি। মশাদা য়াওরবা, লৈরবা পোৎশক অদুদি মিহৌরুদে কনাদগীসু। মিহৌবা অমসুং অপাম্বা, অনী অসি অমত্তনি। মিহৌরুবদগী পাম্লকই, পাম্লুবদইসু মিহৌরকই। অমবু ওইরে, অমবু ওইরে মশাগী ওইনা লৈতবা অতোপ্পগী মফমদদি লৈ হায়না খঞ্জবা নৎত্রগা তশেংনা লৈবা পোৎশক অদু মহাক্কী ওইনিংলকপা, মাগী নাক্তা থম্লিংলকপা, অদুগুম্বা অনীংবা অদুনি 'অপাম্বা'। মালেমসিদা লৈরিবা মী খূদিংমক নুংঙাইবা পাম্মী হায়রবদি, মী খূদিংমকসিগী মনাক্তা 'নুংঙাইবা' হায়বদু লৈতে হায়বসিমদি চুম্লগনি। স্বর্গ (লাইরৈপাক) হায়বদুদা চৎনীংবগী অপাম্বা, মীপুম খূদিংমক্তা লৈরিবসি, মফম অদু নুংঙাইবগী তূংনফমনি হায়না থাজহল্লুবননি। শিদ্রবদি লাইরৈপাক য়ৌদে খঙলবদুদদি কনাসু চৎলু য়াদ্রিবসিনি। স্বর্গ কাবা হায়বসি কাখৎলুরগা অমুক কূমথরকপা য়াদবা, চৎলুরগা অমুক হল্লকপা য়াদবা মফম অমা ওইবনা, মালেম অসি স্বর্গ নত্তে হায়বসিমদি নাখৈ শেংলে। অসুম্না, মালেমসিদা লৈরিবা মী খূদিংমক নুংঙাইবা ফংদে হায়বসিমসু 'প্রিজুম' তৌবা য়াই।

ইজরিবা ৱাহৈ খরসি, ঐখোয় মশেন উন্নবদা 'নুংঙাইরিব্রা' হেক্তা হংনবা, করিমত্তা খন্থদনা 'নুংঙাইরি' হেক্তা খুম্নবা ঐখোয়গী ইতৌ অদু নীংশিংলুরগা ইনীংলক্কুনা ইরিবনি। নুংঙাইবা হায়বদু করিনো? মদু খঙলগা ইবা নত্তে। মীনা হায়নবা নুংঙাইবগী দিফিনিসন'দু ঐঙোন্দা পানশিন্দুনা য়েংবদা চূশিন্নদে। অফাওবা ফিলোজোফরশিংনা হল্লম্বা নুংঙাইবগী ৱাহন্থোক অদু পূক্লিংসিনা লৌনীংদে। লাল্লি হায়দুনা হেক্তা রিজেক্টমকসু তৌনীংদে। ঐসু পাম্মী 'নুংঙাইবা', অৱাবা পুন্সি অমা লেল্লকপনা। অদু ওইরবদি, 'অৱাবা' হায়বসি করিনো? ৱাহন অমুক পীবা তাই। ঐনা ৱায় খঞ্জরিবা পুন্সিসি, কনাগুম্বনদি হায়রম্মী- 'কয়াদা নরায়বক ফরিবা! নুংঙাইজরমগনি?' ঐনা কল্লকচখিবা, নুংঙাইবা পুন্সি লেল্লমগনি খনখিবা ইনাক-খুনবা ইমুং অমগী মী অমনবু লীরমখি- মহাক্কী নীংবা থুংদবা, নুংঙাইবা শরুক থুংদবা পুন্সিদুগী ৱারী। অৱাবা নৎত্রগা নুংঙাইবা-মীওইবগী পূক্লিংগী থাক অমনি হায়নবদু চুম্বা তাই। মসিনি নুংঙাইবা হায়বদো, নৎত্রগা 'অৱাবা হায়বদু মসিনি' হায়না 'রেদি মেদ দিফিনিসন' অমা পীবা ওইথোক্লোই। ইরায় লায়বা খুদম অমা পুথোক্কুনা নৈনসি- খম্বা অমদি থোইবী। লায়র-মচা খম্বনি। পেরুক্লা চউম্মি হায়নবা, শেৎপা চাবা মনীং অমুক্তা থুংখিদবা, মমা-মপা অনীমক মশক খঙখিদবা, নুংঙাইবা মশক খঙখিদ্রবা লায়রবদো, মমোম লাংলেন থোইবী, লৈমকোনগী মমোম্লোই, মশক মতৌ নীংথিবী ৱাত্ত-পাদবী মহাক্কুগা পুন্সি খোঙলোয় ওইরবা, নুংঙাই-য়াইফনা পাল্লনি, অৱাৎ অপা লৈররোই... ৱাখল অসি খম্বগী মীৎয়েংদগী য়েংলকপদা ওইবা য়াবা, নুংঙাইবগী মওং মতৌ অমনি। থোইবীগী মীৎয়েংদা য়েংলগা নুংঙাইবগী ৱাহন্থোক অমুক থিরুসি। শেৎপা-চাবা ৱাৎপা লৈতে, ময়ূম হায়রা' কোনুংনি, মখোঙ লৈপাক তাদনা মোইরাং থুংনা কোয়ঙন্বীনি। পূন্নমক অদো মাগীদি 'নুংঙাইবা পুন্সি' নত্তে। মাগী নুংঙাইবা পুন্সিদি- নোং য়ুবা খাংপোক্কুদা খম্বই নাক্তা লৈরগা নুংশি ৱারী শাজবা, পেরুক চম্ফুৎ চামিন্নবা, পাম্মুবগী নাক্কুদা চরৈ ফি শাজরুবা অদুনি। অদু নৎলমদ্রবদবু, নোংবান' শঙ্গায় তম্না চৎলোইদবই মরম লৈবরা? মতমদুদা লৈখিবা, ইনখৎলক মতমগী শাবী শানৌগী অপাম্বা, ঙসি ফাওবা হোংদরি।

ৱারী ৱাকোই সুগুমসি। নুংঙাইবা থিবা ফংনবা ৱাফম অমত্তা খন্নসি- খন্নবা য়াবরা য়েংবীয়ু। আর্ত ওফ লিফিং হায়ব'মা কন্না ঙাঙনরকইকো? হিংবা হায়বসি কলানি। ঐখোয়না ৱায় হায়রিবা, নুংঙাইবা ফংদে হায়রিবসি মপান্থোংগী পুন্সি অমা হিংবদা হৈনরকখিবা, হৈনহল্লকখিবা অদুননি। নুংগী পুন্সি হায়ব'মা লৈবা হৌনদে, হায়রক্কনি পূন্নমক্লা। তোকসি মদুই ৱাদুসু, পুন্সি হায়বসি ফিলোজোফিনা হিংহনবা য়াবা নত্তে। অদুবু, মপান্থোংগী পুন্সি হায়বদু করিনো? মদুমদি খঙমিন্নসি। অপাম্বা, মিহৌবা, কল্লকপা অসিনচিংবা পূক্লিং ইহুলগা লোয়ননা হিংলুবা- সনা, লুপা, অরঙ-অরাক, মিংচৎ, ঈকায় খুম্নবা পাম্বা, অপাম্বদু ফংননবা হোৎনবা পুন্সি মরেল- অদুবু কৌই মপান্থোংগী পুন্সি।

...'চাবা শেৎপা ৱাৎত্রবা, অরঙবা অচৌবা য়ূম অমা লৈজরবা, থাগী লেঙদ্রবা লুপা লিশিং য়াঙ্খৈ হুম্ফু লাক্লবা লম্বী অমা লৈরবা, অদু ওইরবদি ঐহাক নুংঙাইবা মীশক অমা ওইনি'... অসিগুম্বা ৱাখল অসিনি পূন্নমক্লা খন্নবা। অদুননি, মীওইবনা নুংঙাইবা ফংদ্রিবা! মরল মথুম ৱাৎতবা মীশক অমন'মুক হায়গনি- শকহেনবী নুপী অমত্তবু ফংজরবা, শিরবসু য়ারে ঐ।

থাজবীয়ু- অদুগুম্বা মীশক্তো, মপুন্সিদা নুংঙাইবা মশক সূপখঙ খঙলরোইদবা মীশক্নি। মরমদি, মহাক্লা মাগী নুংঙাইবদু ফংনবা কন্দিসন অমা থম্মী। চানবা চীঞ্জাক ৱাত্তবা, শেৎনবা ফি মরাঙ কায়না, অচৌবা য়ূম অমা শাবা, থাগী অচৌবা শেনফম অমা লাকপা... মশক ফজবী নুপী অমগা লৈমিন্নবা...। মহাক্লা পাল্লিবদু কন্দিসনেল ওইবা নুংঙাইবনি। পুন্সিবু কন্দিসন অমগী মখাদা হিংবনি। কন্দিসন অদু ফংলবা মতুং, অতোপ্পা কন্দিসন অমা অমুক শেম্লক্কনি।

হিংনবগীদমক কন্দিসনেল ওইবা নুংঙাইবা অমা ফংননবা তাল্লিমখৈ, মীওইবনা সূপফং ফংলোই নুংঙাইবা।

লৌশিং পুক্কে

জপানিজ ৱাটর থেরাপি

মসিগী কান্নবশিং, খুদোংথিবশিং অমদি ইফেক্টিভ ওইবগী চাং-২

সাইদ ইফেক্টশিং অমসুং চেকশিনগদবশিং:
জপানিজ ৱাটর থেরাপি অসি শীজিন্নবদা ফংবা য়াবা সাইদ ইফেক্টশিং লৈ অমদি চেকশিন থৌরাংশিং লৌখৎকদবনি।

অতেনবা মতম অমগী মনুংদা কা হেনবা চাং অমদা ঈশিং থকপদা ৱাটর ইন্তোক্সিকেসন, নৎত্রগা ওভরহাইদ্রেসন তৌহনবা য়াই। মসি ঈদা য়াওবা থুমগী শরুকপু অহেনবা মহীগী শরুকনা দাইলুট তৌহনখিবদগী হাইপোনেট্রেমিয়া নৎত্রগা থুমগী লেভেল নেম্বগী ফিভম লাকহল্লকপদগী ওইরকপনি।

হাইপোনেট্রেমিয়া হায়রিবা অসি মী শিহনবা য়াবা য়াম্না অরুবা কন্দিসন অমনি, অদুবু অহেনবা মহীগী শরুকশিং অদু কিদনিনা য়াম্না থুনা হকচাংগী মপান্দা থাদোকখিবা ঙম্বা হকচাং ফবা মীওইশিংগী মফমদদি য়াম্না তাঙনা থোকই। হাইপোনেট্রেমিয়াগী রিস্ক ৱাংবা মীওইশিংগী মনুংদা কিদনি প্রোব্লেমশিং লৈবা মীওইশিং, মতম শাংনা শাংনা শান্নবা শান্নরোয়শিং, অমদি ষ্টিম্যুলেন্ট দ্রগশিং লান্না শীজিন্নবা মীওইশিং য়াওই।

ঈশিং থকপদা খুদোং থীবা থোক্তনবা অমদি অশোয় অঙাম য়াওদনবগীদমক, পুং অমদা ঈশিং লিটর অমদগী হেন্না থক্লোইদবনি, মরমদি হায়রিবা চাং অসি হকচাং ফরিবা মীওই অমগী কিদনিশিংনা অমুরক্তা হেন্দল তৌবা ঙম্বা খ্বাইদগী য়াম্বা চাং অদুনি।

জপানিজ ৱাটর থেরাপিগী কান্নদবা মরম অমগা হায়রগদি, থেরাপি অসিদা য়াওরিবা চাক্লেন চাবগী মতমশিং অমদি মিনিট ১৫গী মনুংদা চাগদবনি হায়বা গাইদলাইনশিং অদুনা মরম ওইরগা য়াম্না কা হেঞ্জিন্না চেকশিনমনবগী ফিভম অমা লৈরিবা অসিনি।

হকচাংগী অরূম্বা হন্থহন্নবা হোৎনরিবা ওইরগদি কা হেনমন্না কেলোরিদা অথিংবা থম্বনা থেরাপি অদু লোইরবা মতুংদা হান্নগী হকচাংগী অরূম্বগী চাং অদুদা অমুক হল্লকহনবা য়াই। কেলোরিশিংদা রেষ্ট্রিক্সন থম্বনা ঐখোয়না পোত্থাবা মতমদা কেলোরি বর্ন তৌবগী চাং হন্থহল্লি অমদি হোর্মোন ঘ্রেলিনগী চাং ৱাংখৎহল্লি- মসিনা অরাম খৌরাংবা ফাওবা হেনগৎহল্লি।

মসিগীসু মথক্তা, মরুওইনা হান্নদগী হেন্না অরাম খৌরাংবা ফাওবা মতমদদি মিনিট ১৫খক ফংবা চাবগী মতম অদুদা হেঞ্জিন্নবা চাশিনবা নৎত্রগা কা হেন্না থুনা চাশিনবগী রিস্ক লৈ। মসিনা মরম ওইরগা চাবা তুমদবা নৎত্রগা হকচাংগী অরূম্বা হেনগৎহনবা য়াই।

মসি কান্নবরা?

জপানিজ ৱাটর থেরাপি অসিনা কন্সটিপেসন (খোঙ হাম্বা য়াদব)দগী হৌরগা কেন্সর ফাওবগী মখল য়াম্লবা অনাবা কয়া অমগী ফহন্নবা পাম্বৈ অমা ওইনা য়াম্না কন্না হায়নৈ অমদি মীওই কয়ানা পাক শন্না থাজনৈ, অদুবু মদুবু সপোর্ট তৌনবা ইভিদেন্সতি লৈতে।

থেরাপি অসিনা ঐখোয়গী গট (থীবোং-থীরিল) শেংদোক্কনি অমদি গট হেঠ রেগ্যুলেট তৌগনি হায়বনি, অদুবু মসিবু অসুম্না তৌরিবা ক্লেইমশিং অসিবু কনফার্ম তৌবা এগজিষ্টিং রিসার্চতি লৈতে। গট বেক্টেরিয়াগী বেলেন্সতা ঈশিং থকপগী ইফেক্ট অসি দাইটকুম্বা অতৈ ফেক্টরশিংদগীদি অসুক্কী মতীক হন্থে।

মসিদসু নত্তনা, অইংবা ঈশিং থক্তবগী কান্নবা অসি খরখক্তং ওই। অইংবা ঈশিংনা গেষ্ট্রোইন্টেষ্টীনেল টেম্পরেচর হেনগৎহল্লি অমদি মীওই খরদা ব্লদ প্রেসর খজিক্তং ৱাংখৎহল্লি, অদুবু ঈশিং অইংবা থকপনা ফেটশিংবু দাইজেষ্টিভ ট্রেক্টতা মপং ওনহনবদি তৌরোই।

ঐখোয়না কন্দিসন অমা নৎত্রগা লায়না অমা ফহন্নবগীদমক জপানিজ ৱাটর থেরাপি শীজিন্নগে খল্লগদি, শীজিন্নদ্রিঙৈ মমাঙদা ইশাগী হেল্থক্যের প্রোভাইদরগা হান্না তানগদবনি।

ঐখোয়না কাউরোইদবা মরুওইবা ৱাফম অমা হায়রগদি, জপানিজ ৱাটর থেরাপি অসি লাইসেন্স পায়বা হেল্থক্যের প্রোফেসনেল/দোক্টর অমদগী ফংগদবা মেদিকেল ক্যের অদুগী মহুৎ শিনবা পোৎশক অমা ওইনদি শীজিন্নরোইদবনি হায়বা অসিনি।

আর্টিকল অসি রিলাইএবল সোর্সতা য়ুম্ফম ওইরগা ফোঙবনি, অদুবু মসিনা মেদিকেল প্রোফেসনেলশিংগী পাউতাককী মহুৎ শিন্নবা হোৎনবদি নত্তে

বি জে পিগী লৈঙাক মখা তানা লৈহনবা মথৌ তাই : রোবিন্দ্রো

ইম্ফাল, ওক্টোবর ২৪ (ঐচ এন এস): বন্দ-ব্লোকেদ লৈতবা, মীশি-মীনা থোক্তবা, লো এন্দ ওর্দর ফবা মণিপুর অমা ওইহনবদা নত্তনা মীয়ামগী চাউখৎ থৌরাংগী থবক নীংথিনা পায়খৎলিবা বি জে পি লৈঙাক অসি মখা তানা লৈহনবা মথৌ তাই হায়না ময়াং ইম্ফাল এ সীগী এম এল এসু ওইরিবা মণিপুর লেজিসলেটিভ এসেমব্লীগী দেপ্যুটি স্পিকর কে রোবিন্দ্রোনা ফোঙদোকখ্রে।

বি জে পি ময়াং ইম্ফাল মন্দল অমদি বি জে পি মহিলা মোর্চা ময়াং ইম্ফাল মন্দল অনীনা পুন্না শীন্দুনা ময়াং ইম্ফাল থানা অৱাং লৈকায়দা লৈবা দেপ্যুটি স্পিকর কে রোবিন্দ্রোগী য়ুমদা ঙসি মহিলা মোর্চা এগজিক্যুটিভ কম্মিটিগী মীফম অমা পাঙথোকখ্রে। মীফম অদুদা ৱা ঙাংলদুনা মথক্কী ৱাফম অসি দেপ্যুটি স্পিকর কে রোবিন্দ্রোনা ফোঙদোকখিবনি।

মহাক্লা হায়খি, মণিপুরগী মীয়াম্না শাংলবা চহী কয়া লমদমসিগী য়েলহৌ ফুরুপশিং কঞ্জননবা মীশি-মীনা, অশোক-অপন কয়া য়াওনা খোঙজং চঙশিন্দুনা দিমান্দ তৌদুনা লাকখিবা ইন্নর লাইন পর্মিট (আই এল পি)বু বি জে পিগী লৈঙাক্লা মণিপুর মীয়ামদা খুদোল তমখিবনি। মণিপুরদা বি জে পি লৈঙাক লাকপদগী মতম অমদা লৈরম্বা মীকপ-মীরাওখোল তাখিদ্রে। নুমীদাং হেক য়ৌবগা য়ুমদগী মপান থোক্লরমদবা, ইমুং-মনুংগী মীওই অমা হল্লক্তবদা তুম্ফম চাফম খঙনরমদবা অদু হৌজিক্তি লোইখ্রে। অহিং নোংয়াই ওইরবসু চৎথোক চৎশিন তৌবদা মীপায়বা লৈত্রে। লমদমসিগী লো এন্দ ওর্দরগী ফীভম ফগৎলক্লিবা অসি বি জে পি লৈঙাক্কী খুদোলনি। চহী খরগী মনুংদা ইম্ফালদা রেল লম্বী য়ৌরক্লগনি। রেল লম্বী অসি য়ৌরক্লিঙৈদা আই এল পি চৎনহৌবা অসিনা মীতোপ মীয়ানদগী লমদম অসিবু কনবা ঙম্লগনি।

বি জে পি লৈঙাক্লা পায়খৎলিবা স্কিম, প্রোজেক্ট কয়া অসি মীয়ামদা নীংথিনা খঙহন্দুনা অমদি ফংহন্দুনা পার্টি অসিগী লৈঙাক মণিপুরদা মতম শাংনা লৈহন্ননবা হোৎনসি। লাক্লিবা এসেমব্লী মীখল অসিদা বি জে পিনা চাউনা মায় পাক্কুনা পার্টি অসিগী লৈঙাক অমুক হন্না লৈরকপা মতমদা এ সী অসিদা লৈরিবা ইমুং খূদিংগী শেল-থুমগী ফীভম ফগৎহন্নবগী তোঙান তোঙানবা স্কিম প্রোজেক্ট কয়া পায়খৎকনি। হৌজিক মণিপুর লৈঙাক্লা অথুবদা গো টু ভিলেজ-২ হৌদোক্লগনি। ময়াং ইম্ফাল এ সীগী ওইনা তৌরকপদা এ সী অসিগী মনুংদা লৈরিবা ওল্ড এজ পেন্সন ফংদ্রিবা পুন্নমক্লা এপ্লাই তৌননবা হোৎনবীয়ু। লোয়ননা মীয়াম্নসু মিসন অসিগী কান্নবা মপুং ফানা লৌননবা হোৎনবীয়ু হায়নসু ফোঙদোকখি।

থৌরমদুদা বি জে পি ময়াং ইম্ফাল মন্দলগী প্রসিদেন্ট ইরোম রবি অমদি বি জে পি মহিলা মোর্চা ময়াং ইম্ফাল মন্দলগী থৌপুবা কয়াসু শরুক য়াখি।

মিনিষ্টর রাজেননা উরেপ-উয়ুং তমখ্রে

ইম্ফাল, ওক্টোবর ২৪ (ঐচ এন এস): লমশাং এসেমব্লী কন্সটিট্যুএন্সিগী মনুং চনবা তাওথোং অফৈবদা লমশাং ৱাটর সপ্লায় স্কিম শেমগৎ শাগৎনবগীদমক এদ্যুকেসন মিনিষ্টর সোরোখাইবম রাজেননা ঙসি উরেপ-উয়ুং তমখ্রে।

ন্যু দিভেলপমেন্ট বেঙ্ক (এন দি বি)গী ফন্দিং মখাদা লুপা ক্রোর ৮.৭ চঙনা কিষ্টোন কন্সত্রকসন প্রাইভেট লিমিটেদনা ৱাটর সপ্লায় স্কিম অসি শেমগৎ শাগৎকদৌরিবনি।

থৌরম অদুগা মরী লৈননা মিনিষ্টর রাজেননা হায়খি, লমশাং এ সীগী মনুং চন্না তোঙান তোঙানবা স্কিমশিংগী মখাদা শেমগৎ শাগৎলিবা ৱাটর সপ্লায় স্কিম কুমজা ২০২১গী লোইরকপা ফাওবদা মীয়ামদা খুৎশিন্নবা পান্দম থল্লি। থরোইজম ৱাটর সপ্লায় স্কিম, মনা ইংখোল ৱাটর সপ্লায় স্কিম অমদি সলাম ৱাটর সপ্লায় স্কিমদি হৌজিক শঙ্গাবা য়াবগী ফীভমদা লৈরে। ময়াংলাংজিং ৱাটর সপ্লায় স্কিম, খোংহাম্পাৎ ৱাটর সপ্লায় স্কিম, কামেং ৱাটর সপ্লায় স্কিমসু শেমগৎ শাগৎপগী থবক খুন্মাং চাউশিন্না চথুরি। তিঙ্গ্রি, হাওরংসাবল অমসুং হৈবোংপোকপীগী ৱাটর সপ্লায় স্কিমশিংসু শেম-শাবগী থবক কন্না চথুরি। লোয়ননা অনৌবা ৱাটর সপ্লায় স্কিম কয়াসু শেমগৎনবা হোৎনরি।

লাক্লিবা কুমজা ২০২২দা পাঙথোক্কদৌরিবা ষ্টেট এসেমব্লী মীখলগী মাঙওইননা লমশাং এ সীদা লৈরিবা অপূনবা য়ুমথোঙগী চাদা ৯০ দি থক্লবা অফবা টোটি ঈশিং ফংহনগনি। মসিদসু নত্তনা লমশাং এ সীদা এদ্যুকেসন ফেসিলিটিসু নীংথিনা অপগ্রেদ তৌরে। প্রজা হায় স্কুল লমশাং অমসুং খোংহাম্পাৎ হায় স্কুলসু হায়র সেকেন্দরিগী থাক্তা অপগ্রেদ তৌখ্রে। হৌজিক হৌজিক লৈরিবা লৈঙাক অসিনা মীয়ামগী য়াইফগদবা স্কিম কয়া পায়খৎপদা নত্তনা মীয়ামগী চাউখৎ থৌরাংগী থবক কয়াসু পায়খৎলি। লো এন্দ ওর্দরগী ফীভমসু হান্নগা য়েংনরুবদা য়াম্না ফগৎলে। লৈঙাক্লা পায়খৎলিবা থবক থৌরমশিং অসিদা মীয়াম্নসু তেংবাঙ পীবীয়ু হায়না মহাক্লা মখা তানা ফোঙদোকখি।

মপুরোইবা কায়নখ্রবী নুপীশিংদা থাগী লুপা ৩০০/৩০০ পীরগনি : জয়ন্তকুমার

ইম্ফাল, ওক্টোবর ২৪ (ঐচ এন এস) : ভোট হেক কারিবমখৈ চহী ৫০গী মনুংদা লৈবি মপুরোইবা কায়নখ্রবি নুপীশিংদা থাগী লুপা ৩০০/৩০০ পীরগনি হায়না কৈশামথোং এ সীগী এম এল এ, এল জয়ন্তকুমারনা লাউথোকখ্রে।

ৱাফম অসি ঙসি ক্লাকৈথেল থোকচোম লৈকায়দা ৱার্দ নম্বর ১২ ইলেক্সন কম্মিটি এন পি পিনা শিন্দুনা ফোর্মর কোরপোরেসন ৱার্দ নম্বর ১২ আই এম সী পি প্রেমিলানা নেসনল পিপল্স পার্টিগী ৱিংগী ষ্টেট ৱিমেন প্রসিদেন্ট ওইনা খল্লকপগী হরাউ তয়াম্না ওকপগী থৌরম অমদা ফোঙদোকখিবনি। ঙসিগী থৌরম অদুদা য়েন্দ্রেনবম ধনঞ্জোয়, সোরাম সুনিল অমদি থোকচোম সামোসু শরুক য়াখি।

পোলিটিকেল কন্‌ফরেন্স পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, ওক্টোবর ২৪ (ঐচ এন এস) : কংলা শঙ্গোমশংদা খুরাই এ সীগী ইন্টেন্দিং কেন্দিদেট খুরাইজম রতনকুমারনা শিন্দুনা নোংমগী ওইবা পোলিটিকেল য়ুথ কনফরেন্স অমদি ইন্টরেক্সনগী থৌরম অমা পাঙথোকখ্রে।

ঙসিগী থৌরম অদুদা লাংথবালগী এক্স মিনিষ্টর ওক্রম জোয়, এম পি সী সীগী সেক্রেটরি অমদি পি সী সী মেম্বরসু ওইরিবা খুরাই এ সীগী ইন্টেন্দিং কেন্দিদেট খুরাইজম রতনকুমার, নেসনল ভাইস চ্যেরপর্সন, ওল ইন্দিয়া ফিসরমেন কোঙ্গ্রেস অন্দর এ আই সী সী অমসুং মণিপুর প্রদেশ কোঙ্গ্রেস কম্মিটিগী স্পোকপর্সন নিংঙোম্বম ভুপেন্দ্র, খুন্দ্রাকপম এ সীগী এম এল এ অমসুং এক্স স্পিকর থোকচোম লোকেশ্বর, শওম্বুং ব্লোককী দিষ্ট্রিক্ট প্রসিদেন্ট এনজি খুর্দাবন্ত অমদি খুরাই ব্লোক কোঙ্গ্রেস কম্মিটিগী প্রসিদেন্ট কুমাবম সনাজাওবনা মথৎশিংনা চীফ গেষ্ট, প্রসিদেন্ট অমদি গেষ্ট ওফ ওনর ওইনা শরুক য়াখি।

হুইয়েন লানপাউ পব্লিক ওপিনিয়ন

মীয়াম্না করি হায়রি, করি পাল্লি

লৈবাক অসিদা লৈরিবা মীপুম খূদিংদা মাগী-মাগী চান্নবা চাংদা লেপ্তুনা চাকথুং ফংহন্নিংই

লৈবাক অমা নৎত্রগা ষ্টেট অমা হায়বসি মখল কয়াগী মীওইশিংনা পুল্লগা শেম্মি। পুন্নমক অসিগী মরক্তা য়াম্না লায়রবা, খরা-খরা লায়রবা, খরা-খরা ইনাকখুনবা, য়াম্না ইনাকখুনবা অমসুং কা হেন্না ইনাক খুনবা হায়দনা অমুকসু খাইদোকপা য়াই। অসুম্না খাইদোক্লিবা মীওইশিংগী পুন্সি মরেল অমগা-অমগা ইমান মান্নদে। অদুবু মুন্না খন্থরুরগদি মীওইশিং অসিনা চপ মান্নবা মওংদা তৌবা থবক খরদি লৈ। খুদম ওইনা হিংনবগীদমক চাবা, শুবা-নোম্বা অমদি তুম্বনচিংবনি। হিংনবা চাবা হায়বসিদা হৌজিক লৈঙাক্লা লায়রবা অমসুং কা হেন্না লায়রবা মীওইশিংগীদমক্তা নাফসাগী খুৎথাংদা চেং লেম্না নৎত্রগা অহোংবা মমলদা ফংহল্লি। নাফসাগী মখাদা অর্বান এরিয়াদা চাদা ৫০ অমদি রুরেল এরিয়াদা চাদা ৭৫ মীওইশিংদা চেং সুপর ফাইন হায়বদু ফংহল্লি। ইনাক খুনবনি হায়না খন্দোক্লবা অপুনবা চাদা ৩৭ অমদি চেং অসি ফংহন্দে। মতাং অসিদা হায়জনিংবদি মখোয়সু ইন্দিয়াগী সিটিজেন অমা ওইবনিনা ময়াম্না ফংনরিবা চেং অদু খুজোক খরদং ওইরবসু ফংহন্নিংই। পোৎ হায়বসি মতাং-মতাংগী চন্নফম লৈ। চনাংগী শরুক য়াম্না য়াওদবা চেং মখল অসি থবক কন্না শুবা মীওই অমদদি পাঙ্গল থোক্তে হায়দুনা কৈথেল মমলদা তাইথোক্লগা অফবা চেং ৱান্দুনা চানবসু কোঙ্গাইনি। অমরোমদা ইনাক খুল্লে হায়রিবা মীওইশিংসু চেং মখল অসি মরম অমা নৎত্রগা অমদগী নোংমগী চাবদা য়াওনবা পামনৈ। মরম অদুনা চান্নবা চাংদা মীপুম খূদিংদা চাকথুং চপ মান্ননা ফংহন্নিংই।

❒ এম বুধ, চিংঙামখা

ভোটপু লালবুংগী সিষ্টম ওন্থোকপগী চৎনবি অমা লাক্লিবসি মখা তানা চৎথনবা শীনবিগনু

সনালৈবাক ইরমদম অসিগী চহী খুদিংগী চহী ৫/৫ লৈরগা পাঙথোকপা মীখল দেম্মোক্রেসি ওইবা মওংদা তৌগদবা থবক অসি তৌদ্রে। য়াম্না ফজনা মওং-মরিল তানা তৌগদবা ভোট অসি লালগী সিষ্টম অমদা ওইনা ওন্থোকপগী চৎনবী অমা লাক্লে। অসিগুম্বা থৌওং অসি তৌবিগনু। বি জে পি, কোঙ্গ্রেস, এন পি পি অমদি তোঙান-তোঙানবা পার্টি অমা হেক্তা ওইরবসু অসুম্না নুংশি হৈতনা লম অমত্তদা লৈমিন্নরগা অসুম্না তৌবসি য়াম্না নুংঙাইজদে। অমদি নুমীদাং হেক ওইবগা লম্বীদা চৎপা য়াদবা অমদি বি জে পিগী ৱার্কর লাকপদা ফু চৈবা অমদি বি জে পিনা অমুক কোঙ্গ্রেসকী ৱার্কর লাকপদা ফু চৈবা অসিগুম্বা ঐখোয় মশেলগী মরক্তা হাৎন-শুনবগী চৎনবী অসি তোকপিরো। মীনা নোক্লগদবা থবকনি। ঐখোয় মশেল অমত্তা ওইরগা কেন্দিদেটশিংনা কীগদবনি। মসিগী ওন্ন-তৈনবদা ঐখোয়না অসিগুম্বা য়াম্না থোকহন্নিংদবা থবকশিং অসি অদুমক মখা তানা চৎথদুনা লৈরবদি দেম্মোক্রেসিগী মশক থীহনবতা নত্তনা অফবা মীহুৎ খন্দুনা লৈবাক্কী য়াইফগদবা লম্বীদা চৎপগী মহুৎতা হেন্না-হেন্না অৱাবা লম্বীরোমদা চঙশিনবা হায়বদু থোক্কনি। মরম অদুনা লৈবাক অসিদা লৈরিবা মীওইশিংনা মরুওইনা ৱাখল খন্থবা ঙম্লবা মীওইশিংনা য়ারিবমখৈ ইলেক্সনদা অমনা-অমবু হুন্নদুনা খৎন-চৈনবা অমদি হাৎন-শুনবগী থবক তৌবিরগনু। মদুগী মহুৎতা হেন্না লৈবাক মচা তাবা মওংদা পূন্নমক্লা য়াগদবা অমদি লৈবাক্কী অমসুং মীয়ামগী থবক তশেংনা তৌরক্কদবা কেন্দিদেটশিং খন্দুনা ভোট থাদসি।

❒ নিংথৌজম রোনাল্ডো, হৈরোক পার্ট-২

অদোমগী মরুওইবা ওপিনিয়ন ৯৭৭৪৮০৩১৪৫ নৎত্রগা hueiyen_lanpao@rediffmail.com/hueiyen_lanpao@yahoo.co.in দা থাবিরকউ।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
এসিষ্টেন্ট প্রোফেসর (বাইওষ্টেট) জেনিমস
চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ২৫।১০।২০২১ ইং, নিংথৌকাবা; অয়ুক পুং ৫.৪৪ ফাওবা মেরাগী ১৯ নি পাল্লি, মতুং ২০নি পাল্লনি।

মেষ: ঙাংবা শকপা হৈবা, য়েৎনবদা মায় পাকপা অমদি মীঙোন্দা লৈখিবা শেল-থুম লৌশিনবা য়াবা নুমিৎনি। মীংচৎ তানবা য়াগনি। হকচাং নুংঙাইবদি ৱাৎলি।
লৈশা পাখংশিংগী- থেংনা নিংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

বৃষ: নিংবা থুংজবা, ৱাখল লৈনা থৌ পাঙবা ঙমজগনি অমদি লৌশিংতনা নথক থোংববু পেলহনবা ঙমগনি। লৈজবা লৌশিং ফুদোকউ-অরানবনা মায়থিগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নিংবা মপা চাই।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

মিথুন: অনম তানবনা মাঙজবা অমদি ঐনা ঙমদা য়াদে খল্লবা হেন্নদুম মীখা পোনগনি। নচা-ননাই অমদি মীয়ামগা মরি ফনবা হোৎনৌ-মদুতনা য়াইফগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- থেংনা নুংঙাইজগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা/চেঙ।

কর্কট: হকচাং নুংঙাইবা হেনবা, মীচঙ অমদি লন চঙবা হেনগৎপা অমদি খন্থরগা পাঙবা থবক্তি মায় পাক্কদবা লৈ। মীনা উশিৎতবা লৈতনবা পুক্লিং ফাজিল্লু।
লৈশা পাখংশিংগী- খৎনবনা মাঙজগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।

সিংহ: হন্থবা লোয়নবনা লৌশিং ফকচিনগনি অমদি য়েক্লবা চাওখৎকনি। অদুবু শেন্দোং তানবদি মায় পাক্কনি অমদি খুৎচাও থাবা য়াগনি। ৱায়ামদি ঙাংগনু।
লৈশা পাখংশিংগী- য়েৎনরম্বা কোকচগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/কিসমিস।

কন্যা: নরল চাওখৎকনি, মীয়াম্না থাগৎনৈ অমদি ৱানোম থৌনোম কান্নবা ঙসিসু লৈগনি। অদুবু তৌহৈদবা তৌনিংগনি অমদি চরাংনবনা মীপাইবা পোক্কনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবনা চাল্লি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

তুলা: নোল্লুক্লা চৎত্রদি কোক শাগনি। হকচাং নুংঙাইজগনি অমদি মীয়ামগা মরি হান্নগুম ফৈ। চরাংনরবদি থেংলপ্পা নুংশাথিবা নংগনি লৌশিং চাওবগী ৱা তাউ।
লৈশা পাখংশিংগী- নিংবা মপাদি চাদে।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

বৃশ্চিক: নুংথিল ফাওবা নিংজবা থুংগনি, নথক থোংবনা চানবীগনি অমদি অনৌবা থৌরম পাংহৌবা য়াগনি। লৈতেং/মীয়ামগী মতেং ফংজদুনা নুংঙাইজগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবা ফংই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

ধনু: মীচঙ হেনগৎপা, ৱাখল থোকপা অমদি নিংবদুমক পাঙবা ঙম্বৈ নুংঙাইবা নুমিৎনি। লৌশিং ফুদোকপা মতাং চারে। অনৌবা মরুপসু শোয়দনা ফংজগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নিংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

মকর: থবক পাঙবা, নচা-ননাই চাওখৎপা অমদি মীরক চঙলগা নুংঙাইজবা নুমিৎনি। মীতোপ থাজগনু। তৌগদবা থবক্তা নিংহন্নগনু, শোইদনা মায় পাক্কনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবা ফংই।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক

কুম্ভ: পল্লম্বা থবক্তি পাঙগনি, লোয়নবনা তেংবাঙবিগনি অমদি থৌনা ফবনা অঙম্বনসু চানবীগনি। অদুবু নাপলদি থাদোকউ, মরম চাদনা খুৎচাও থাগনু।
লৈশা পাখংশিংগী- নিংবা মপা চারোই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

মিন: ৱাখল থোকপনা খন্থরগা পাঙবা থৌরম মায় পাক্কনি অমদি মীচং খোম্বা মায় পাক্কনি। পোরম শিনবা অমদি অরং অরাক ফংবগুম নুংঙাইজবা লৈ।
লৈশা পাখংশিংগী- লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।