থম্মোয় পাউদম | হুইয়েন ইন্দু

ইন্দিভিজ্যুঅল অমদি পার্তি! চাউবা হেল্লি কনানা?

নেহরু ফেমিলি হায়নরম্বদগী হৌজিক্তি গান্ধী ফেমিলি হায়নরক্লবা ইন্দিয়াগী পোলিতিকল ফেমিলি অমা লৈ। পূম্নমক্লা খঙদবা লৈত্রেবা ইমুংনি। লোৎলুদুনা কান্নদে। মোতিলাল নেহরুদগী হৌরগা, মচানুপা জৱাহরলাল নেহরু ফাওবদি নেহরু ইমুং হায়বা য়ারম্মী। নেহরুগী মমোম্লোই ইন্দিরা প্রিয়াদর্শিনিনা ১৯৪২ দা অপোকপা মপাগী অপান্বগী মায়োক্তা 'ফেরোজ জহাঙ্গির ঘান্দি'গা য়ুম্বান মরী লৈনখিবা হাক্তক্তগী শাগৈ লীক্লম অদুদা অচৌবা অহোংবা অমা পুরকখি। লমকেৎপী মচানি খন্দুনা মপানা ইম্ফোকপা তারক্লবদা মহাত্মা গান্ধীগী থৌইনশিন্দগী 'ফেরোজ জহাঙ্গির ঘান্দি' হায়বা মুসলমান-অতাক্লবা মিঙ্গৌ অদু থাদোক্লগা গান্ধীগী শাগৈ-নাতৈনি হায়নবা 'ফেরোজ গান্ধী' ওম্ফোকখি। ঘান্দি, গান্ধী ওম্ফোক্লবদুনা ইন্দিয়ন পোলিতিকল হিস্তরিদা কয়াদা চাউখ্রবা অহোংবা অমা লাকহনখ্রবা! মহাত্মা গান্ধী লৈরমদ্রবা, ঘান্দিদগী গান্ধী ওল্লকপদুনা ইন্দিয়ন পোলিতিকল লিগেসিদা অসুক চাউবা অহোংবা অসি লাক্লম্লোই। মশাগী চহী ৪৭ খত্তা ঙায়রিঙৈ ফেরোজনা তাইবংপান থাদোকখিবা, ইন্দিরানা গান্ধী মিংথোল ফঙহৌবা অদুনা মোর্দন ইন্দিয়ন পোলিতিক্সতা দাইনেন্তিক পোলিতিকল পার্তি অমগী মরু হুল্লকখি। মীখা পোনবা ইন্দিয়াবু নীংতমহন্নবগী অকনবা ঈহৌ অদুবু লমজিংখিবা মীয়ামগী অপুনবা লুপ, 'ইন্দিয়ন নেসনেল কঙ্গ্রেসনা ইন্দিয়ন ইন্দিপেন্দেন্সকী মতুংদা পোলিতিকল পার্তি ওইনা মখা শমথৌবদুনা, ইন্দিয়াগী নীংতম্বা পুরক্লম্বা পোলিতিকল পার্তি অদুনি খন্দুনা মীয়াম্না খ্বাইদই থাজবা পোলিতিকল পার্তি ওইরকখিবনি। মোহন্দাস গান্ধীনদি নীংতম্বা ইন্দিয়া ওইরবনিনা ইন্দিয়ন নেসনেল কঙ্গ্রেস মুখৎলগা অনৌবা পোলিতিকল পার্তি অমা শেল্লসি-কন্না হায়জখিবনি। নেহরুনা য়াখিদে। ইন্দিয়ন কন্সতিত্যুসন শেম্বা লোইদ্রিঙৈ, লৈপাক ঙাক্লবা মীয়ামগী মীহুৎ খন্ননবা মীখল অদু পাঙথোক্লিঙৈ, গান্ধীবু লাইরৈবাক্তা থাদোকখিবা অদুনা নেহরুনা হোনবা রাজনিতিগী হি অয়েৎ-অপন য়াওদনা হোনবা-হি ওইরকখি। ইন্দিয়ন নেসনেল কঙ্গ্রেসকী ইতিহাস ইরকপদা, বৃতিস-ইন্দিয়া পেরিওদকী ফ্রিদম স্ত্রগলদগী হৌরগা নীংতম্বা ইন্দিয়াগী চনৈনবা রাজনিতি, চাউখৎ-মনীং হল্লবা, চন্দিম থীনবা ইকোনোমি, অহিংসাগী পান্বেনা নীংতম্বা পুরকখিবা লমসিদা মীহাৎ-মীপুন্না মচু শঙবা রাজনিতিসি ফাওবগী শাংলবা খোঙচৎ অসিদা খ্বাইদই মরু ওইনা থৌদাং য়াবা পোলিতিকল পার্তি অমা ওইনা ইরক্তবা য়াখিদে। খ্বাইদই লীরবা পোলিতিকল পার্তি অসিগী ওর্গনাইজেসনেল লিগেসিদা ইমুং অমখক্কী মীওই তরুক্লা প্রাইম মিনিষ্টর ওইরকখিবা, নেহরু-গান্ধী ফেমিলি খক্তদগীনি - মোতিলাল নেহরু, জৱাহরলাল নেহরু, ইন্দিরা গান্ধী, রাজিব গান্ধী, সোনিয়া গান্ধী অমদি রাহুল গান্ধী। নীংতম্লবা মতুংগী ইন্দিয়াদা, ১৯৫১ দগী ইলেক্সন তৌদুনা মীয়াম লৈঙাক লিংলবা মতুং চহী ৬৮ অসিদা কঙ্গ্রেসনা চহী ৪৯ লৈপাক ঙাক্লকখি। জনতা দলনা চহী ৪, জনতা পার্তিনা চহী ৩, শিংজু ময়ান পার্তিনা চহী ২, পার্তি অমত্তনা ঙাক্তবা, ইন্দিরা গান্ধীনা চহী ২, বি জে পিনা চহী ৮ লৈপাকসিগী মরাইবক ইদুনা লাকই। মরম অসিননি, ইন্দিয়ানা ঙসি ওইরিবা ফিবম অসিগী মরু ওইবা দাইত্ব কংগ্রেসনা লৌফম থোকই হায়দুনা পোলিতিসিয়ন অয়াম্বনা মতম চুপ্পদা লাউরিবা।

অসুক শক্তি লৈরবা, ঈনাক খুল্লবা পার্তি অসিনা ঙসি ইকায় ফিরুক খুমদুনা, মরায় লূকথরবা পার্তি অমা ওইদুনা লৈরক্লিবসি করিদগীনো? মীয়াম্না কূপ্পা নৈনরি। ইন্দিয়াগী ষ্টেট ২৯, য়ুনিয়ন তেরিতোরি ৭ সিগী মনুংদা কঙ্গ্রেস পার্তিনা লৈঙাক পায়রিবা ষ্টেট ৪ খক্তা ঙায়শিল্লক্লে। হংচীত্তগী হৌগদৌরিবা অনৌবা চহী (২০১৮) সিগী মনুংদা পাঙথোক্কদৌরিবা ষ্টেট এসেমব্লী মীখল খরসি কঙ্গ্রেস অমসুং বি জে পিনা পার্তি অনীসিগীদমক্তি খ্বাইদই মরূ ওইবনি। মরমদি, পার্লিয়ামেন্তরি ইলেক্সন হায়বসিমক্তবু ষ্টেটশিংদা লৈঙাক পায়নরিবা পার্তিশিংগী খুদুং ইন্না চৎনরকপা চহী কয়াদগীনি। গুজরাত অমদি হিমাচল বিধান সভাগী হন্দক্তা লোইখিবা মীখল অদু পার্তি অনীমকসিনা মরূ ওইনা লৌনখিবা মরম অসীখক্কীনি। গুজরাৎতা কঙ্গ্রেসনা লৈঙাক পায়বা ঙম্লম্লবা, ২০১৯ গী পার্লিয়ামেন্তরি মীখলদা মোদিগী মীত্রং ময়ায় চমগনি হায়বসি ইন্দিয়া পূম্বনা থাজখি।

রাহুল গান্দীনা কঙ্গ্রেস প্রসিদেন্ট ওইরকপা- ষ্টেট অনীগী মীখলদা মায়থিবনা সৈহৌ ওইবসিনা পার্তি-কেদর-ৱার্ক রশিংদা পূক্লীং হঞ্জানহল্লম্লোইদ্রা? মীয়াম্না হংনবা ৱাহংনি। কঙ্গ্রেসনা হায়, মখোয়গী ভোৎ-সেয়র চাদা কুম্লামঙা (৩৫%) হেনগৎলি, বি জে পিগী সিত মসীং ১১৫ দগী ৯৯ দা হন্থরকখি, বি জে পিনা লৈঙাক পায়জখ্রবসু কঙ্গ্রেসকী মায় পাকপনি ... গুজরাৎকী মীয়াম্না রাহুলগী তৌবা ঙম্বা মতীক মঙম মশক খঙবা হৌরক্লে, ইন্দিয়া পূম্বনা খঙলক্লনি, মথঙগী জেনরেল ইলেক্সনদা কঙ্গ্রেসকী লৈঙাক সূপসোয় সোয়দনা হল্লক্লনি...।

মণিপুরদগী চিংনা হৌখিবা চহী অমা-অনী অসিদা পাঙথোকখিবা ষ্টেট ইলেক্সনশিংদা চাউনা মমি তাখিবা ইন্দিয়াগী অনৌবা পোলিতিকল দিবলপমেন্ত অমা উবা ফংই। মদুদি, ষ্টেটশিংগী লোকেল পোলিতিকল লীদরশিংগী ইমেজদা লম লমগী ভোত্তরশিংনা থাজবা থম্লক্তবা, মখোয়দগী হেন্না সেন্ত্রেল পোলিতিকল লীদরশিংগী ইমেজদুনা হেন্না মরু ওইরকপা। বি জে পি অমদি কঙ্গ্রেস! পার্তি অনী অসিগী পোলিতিকল ইদিওলোজি অমদি কম্মিতমেন্ত, লীদরশিংগী ক্বালিতিনচিংবা অদুনা খোন্দুনা মীয়ামগী ভোৎ ফংবা নত্তবা! মোদি অমদি রাহুল অনীগী ক্বালিতি চাংদম্ন রগা ভোৎ খোম্বগী মওং অমা চত্থরক্লি। চহী খরা চত্থখিনি। ষ্টেটশিংগী লীদরশিং, সী এম ওইরিবশিংসু য়াওনা, অনীগী থৌজাল-নিবা পোলিতিক্স অদুনি তৌরিবা অমদি তৌরক্কদৌরিবা। মীয়ামসিনা হায়নবা 'মোদিগা চাংদম্ন বা য়াবা ওপোজিসনগী লুচিংবা অমত্তা লৈতে' হায়বা ৱাহায় অদুগী পাউখুম ওইনা ঙসি হায়রি কঙ্গ্রেসনা ...'ইন্দিয়াগী মীয়াম্বু মোদিদগী কনবা ঙমগদবা অমত্তা ঙায়রবা লুচিংবনি-রাহুল গান্ধী'...।

লৌশিং পুক্কৈ

হূইনা মীওইবগী লোল খঙবা ঙম্বরা

শা মখল খুদিংমক্কী মনুংদা মীওইবগা খ্বাইদগী নক্লবা মরী থম্ন বদি হূইনি হায়বসি পুম্নমক্লা য়ানরবা ৱাফমনি। হূই অমদি মীওইবগী মরক্তা লৈনবা মরীগী মতাংদা তোঙান তোঙানবা ষ্টদি কয়া পাঙথোকখ্রে। কয়া অমসু পাঙথোক্লবা হোৎনরি।

"মেদিকেল ন্যুজ টুদে"দা ফোঙলকপা ষ্টদিগী রিপোর্ট অমনা হায়, মতম পুম্নমক্তা হূইনা মপু হরাওহন্নবা হোৎনৈ। মপুনা হরাও তয়াম্না লৈবা উরগা হূইগী ৱাখলদসু নুংঙাইবা ফাওজে।

মীওইবনসু মশা মশাগী হূইবু লুনা চান্না থম্বী। "ওক্সিটোক্সিন" কৌবা লভ হোর্মোননা মরম ওইরগা হূই অমসুং মীওইবগী মরক্তা অচেৎপা নুংশিনবগী মরী থম্লবনি হায়না অখঙ-অহৈশিংনা ফোঙদোক্লি। থোইদোক হেন্দোক্লা শিংবা অমসুং হায়বা ইনবা হূই মখল কয়ামরুম লোইনরকপগা লোয়ননা মীওইবা মশেলগী মরক্তা ৱারী শানবগুম হূইগা পাউ ফাওনবা ঙম্বগী ফীভম লাক্লবসু থাঙ্গৈশেংনা মীওইবগী ৱাহৈ খুদিংমক হূইনা খঙবা ঙম্বরা হায়বদুদি কনামত্তনা হায়বা ঙমদ্রি।

"ফ্রন্টিয়রস ইন ন্যুরোসাইন্স" জর্নেলদা ফোঙলকখিবা রিপোর্ট অমদা এটলান্টাগী এমোরি য়ুনিভর্সিটিদা দিপার্টমেন্ট ওফ সাইকোলোজিগী ন্যুরোসাইন্টিষ্ট ওইবা গ্রেগোরি বর্ন্সনা হায়খি, মীওই অয়াম্বনা মশা মশাগী হূইবু মীরোল খরা খঙই হায়না থাজে। অদুবু হিরম অসিগী মতাংদা সাইন্টিফিক ওইবা খুদম চাংদম অমত্তা পুথোকপা ঙমদ্রি।

মীরোল খঙবগী মওংদা অশিংবা মখলগী হূই খরনা মপুগী য়াথং চপ চানা ইনবা তারবসু তশেংনা মীরোল খঙলিবরা নৎত্রগা অতোপ্পা মরম অমনা মপুগী য়াথং পুম্নমক হূইনা খঙবা ঙম্লিবরা হায়বদু য়েৎননিংঙাই ওইবা ৱাফম অমা ওইরি।

থিজিন-হুমজিনবা কাঙবু অমনা তোঙান তোঙানবা মখলগী হূই ১২ দা চাংয়েং তৌদুনা য়েংবদা মখল খেন্নবগী মতুংইন্না হূইশিংনা মীওইবগী লোল খঙবা ঙম্বগী চাংসু খেন্নৈ হায়বা খঙলকখি।

হূইনা মীরোল খঙবা নৎত্রগা খঙদবগী ৱাফম অসিনা তোঙান্না থমখ্রগা হূই লোইবগী কান্নবা কয়ামরুম লৈ হায়না অতোপ্পা ষ্টদিগী রিপোর্ট অমনা ফোঙদোক্লি।

"বৃটিশ মেদিকেল জর্নেল" দা ফোঙলকখিবা রিপোর্ট অমদা সেন্টর ফোর দিজিজ কন্ট্রোল এন্দ প্রিভেন্সননা হায়, হূই লোইবনা মীওইবগী পূক্লিং ৱাখলগী ফীভম ফগৎহল্লি। ৱাখল লায়না লৈরবা মীওইশিংনা হূই লোইবা মতমদা চাউনা কান্নবা ফংবগী খুদম কয়াসু থেংনরে।

সেন্টর ফোর দিজিজ কন্ট্রোল এন্দ প্রিভেন্সনগী রিপোর্টনা হায়, দিপ্রেসন, সিজোফ্রেনিয়া, বাইপোলর দিসওর্দর নৎত্রগা পোষ্ট ট্রোমাটিক ষ্ট্রেস দিসওর্দরগী খুদোংচাদবা মায়োক্লরবা মীওই কয়া হূই লোইহন্দুনা য়েংবদা ফীভম ফগৎলকপা অমসুং পুন্সিগী ৱাহন্থোক লৈনা হিংলকপগী মওং-মতৌ উবা ফংখি। য়ুনাইটেদ কিংদমদা লৈবা য়ুনিভর্সিটি ওফ লিভরপুলগী ডা. হেলেন লুই ব্লুক্সনা লুচিংদুনা চত্থখিবা ষ্টদি অমদা খঙলকখিবা ৱাফম অসি "বি এম সী সাইকিয়াট্রি" জর্নেলদা ফোঙলকখিবনি।

হূই, হৌদোং অমসুং তোঙান তোঙানবা মখলগী শা লোইবনা পূক্লিং ৱাখলগী লায়না লৈরবা মীওইশিংদা কয়া য়াম্না কান্নবা পীবগে হায়বগী মতাংদা য়ুনিভর্সিটি ওফ লিভরপুলগী ডা. হেলেন লুই ব্লুক্স অমসুং মহাক্কী কাঙবুনা থিজিনখি। ষ্টদিগী রিপোর্টনা হায়, য়ুমদা য়োকপা শাশিংগা লৈমিন্নরিঙৈদা ঙাইহাক্তং ওইরবসু তাইবংগী অৱা অনা পুম্নমক কাউথোকহন্দুনা পূক্লিং ৱাখল পোৎথাহল্লি।

"মেদিকেল ন্যুজ টুদে" দা ফোঙলকখিবা ষ্টদিগী রিপোর্ট অরমনা হূই লোইবা মীওইশিং মনুং মতম চাদনা শিবা য়াবগী রিস্ক শরুক অহুমলোম হন্থহল্লি। হূই লোইবা তারবদি নুমীৎ খুদিংগী পীজ-পীথক তৌবা, ঙাইহাক কোয়বা পুথোকপদা তঙাইফদনা হকচাং লেঙ-ওৎপগী থবক তৌই। মদুনা মরম ওইরগা দাইবেটিস অমসুং থম্মোয়গী লায়নানচিংবা পুন্সি মহিংগা মরী লৈনবা লায়নাশিং ঙাকথোকপা ঙম্মী।

"জর্নেল ওফ ফিজিকেল এক্টিভিটি এন্দ হেল্থ"কী রিপোর্টনা হায়, চয়োল খুদিংগী য়ামদ্রবদা মিনিট ১৫০ রোম হকচাং লেঙ ওৎপগী থবক তৌগদবনি হায়বা ৱর্ল্ড হেল্থ ওর্গনাইজেসন (দব্লিয়ু ঐচ ও) গী রেক্কমেন্দসন অদু হূই লোইবা মতমদা ইরায় লায়না ঙাকপা ঙম্মী।

গ্লাসগো কেলেদোনিয়ন য়ুনিভর্সিটিগী থিজিন-হুমজিনবশিংনা হায়, মমাগী পূক্লুংদা লৈরিবা অঙাংদসু হূইনা কান্নবা কয়ামরুম পীবগী খুদম থেংনরে। হূইদা য়াওবা বেক্টরিয়া মখল খরনা পূক্লুংদা লৈরিবা অঙাংশিংনা তাইবংদা খোঙদারক্লগা এজজেমা অমসুং অজমানচিংবা লায়না কয়া চঙহন্দে।

"ফ্রন্টিয়রস ইন সাইকোলোজি" দা ফোঙলকখিবা রিপোর্ট অমগী মতুংইন্নদি হূই লোইবা মীওইশিংদি ওক্সিটোক্সিন কৌবা হোর্মোন মখল অমগী চাং ৱাংখৎলকই। মসিনা মরম ওইরগা পূক্লিং ৱাখলগী ফীভম ফহল্লি অমসুং তোঙান তোঙানবা ৱাখল লায়না কয়াদগী ঙাকথোকপা ঙম্মী।

হূইনা অয়াম্বা মতমদা মপু হরাওহন্নবা অমসুং মপুগী ফনবদা খনবা মরম্না কেন্সর নাবদগী লায়েংলিবা মীওইশিং অমসুং পোষ্ট ট্রোমাটিক ষ্ট্রেস দিসওর্দর (পি টি এস দি) গী খুদোংচাদবা মায়োক্লরবা মীওইশিংদা চাউনা কান্নবা ফংহল্লি হায়না নোর্থ কেরোলাইনাগী দর্হেমদা লৈবা দুক য়ুনিভর্সিটিগী রিছার্সর ব্রাইয়ন হ্যেরনা ফোঙদোকখি।

মমি ৱারী

খোঙচৎসিদা মীৎকুপ খরা। মোমোসন থৌদাম