সঙাই মরাথন

- লৈশাংথেম অজিৎ -

হৌখিবা চহীদা পাঙথোকখিবগুম কুমসিগী ওইনসু সঙাই ফেষ্টিবেলগী শরুক অমা ওইনা 'সঙাই লমজেল' ষ্টেট অসিগী অখন্নবা মফম অহুম ইম্ফাল, মাও অমসুং মোইরাংদা পাঙথোকখিবদা ষ্টেট অসিগী মফম কয়াদগী লমজেল্লোয়শিংনা শরুক য়াখিদুনা ফেষ্টিবেল অসিগী মরুওইবা থৌরম অমা ওইখি। লমজেল অসিনা ফেষ্টিবেল অসিবু লৈবাক মীয়ামদা মরুওইনা নহা ওইরিবশিংদা হেন্না পোপ্যুলর ওইহনবখক্তা নত্তনা মখোয়বু শান্ন-খোৎনবগী মরমদা মপূক্লিং থৌগৎপীবগী অচৌবা মচাক অমসু ওইরি।

ষ্টেট অসিগী অৱাং থংবা ঙমখৈদা লৈবা মাও টাউন্দদা নবেম্বর ২৩দা লমজেল অসি পাঙথোকখি। তৌইগুম্বসুং ইম্ফাল অমসুং মোইরাংদা পাঙথোকখিবা লমজেলশিংদি মথংগী নুমিৎ নবেম্বর ২৪, নোংমাইজিং নুমিত্তনি। য়ুথ এফেয়রস এন্দ স্পোর্টস দিপার্টমেন্টকী দেপ্যুটি দিরেক্টর এল জয়ন্তকুমার অমসুং প্রমোদা অনীনা লমজেলশিং অদু পাঙথোক্লবা হোৎনবদা অচৌবা থৌদাং লৌবীদুনা এথলেটিক্স এসোসিএসন ওফ মণিপুরগা খূৎশম্নদুনা লমজেল অহুম্মক মায় পাক্না পাঙথোকখি।

থাংজ নুমিত্তা পাঙথোকখিবা মাওগী লমজেল অদু তদুবী কৈথেলদা লৈবা ফুটবোল শান্নফম অদুদগী লমদম অদুগী এম এল এ লোশি দিখোনা লমথাখি অমদি লমজেল্লোয়শিং অদুনা নেসনল হায়ৱেদা অৱাং পাংনা মশা মশাগী হৈনবী খোঙথাংদা চেন্নরকপদা মোইরাংদগী হেরোজিৎনা হেক লমথাবদগী ময়াম অদুগী মাং থাদুনা চেনখি। মহাক্কী মথংদা চেল্লিবা চিংলৌনাদগী ফনা য়াম্না হেন্না চেন্দুনা লমথুংফম য়ৌরমদাইগী চাউরাক্না মিটর ৩০০ হেল্লপ তৌবা অঙম্বা লম্বেল অদু চেনখৎলক্তুনা মিনট ৩৩গা সেকেন্দ ০৪দা লমথুংফম য়ৌখি। মহাক্না থুংখিবা মিনট অনী, সেকেন্দ নিফুতরুক্কী মতুংদা মহাক্কী নক্লবা লম্বা চিংলৌনা লমথুংফম য়ৌরক্তুনা অনীশুবা পোজিসন তাখি। মহাক্কী মতমদি মিনট ৩৫ সেকেন্দ ৫০.০১নি। অহুমশুবা তাখিবা ফোক্রেনিগী মতমনা মিনট ৩৮.১৬.০৭ ওইখি।

নুপীগী লমজেল্লোয় মশীং য়ামদে। মসিগী মরমদি দিষ্ট্রিক্ট অদুগী য়ুথ এফেয়রস এন্দ স্পোর্টস দিপার্টমেন্টকী ওফিসরশিং থৱায় য়াওরবসু দিষ্ট্রিক্ট অদুদা মখোয়না নহারোলদা পীবা মোটিভেসন য়াম্না ৱাৎনা লৈ। অদুক চাউবা দিষ্ট্রিক্ট অদুদা অহানবদা নুপীমচা মঙাখক্তমক লমথাফমদা লাকপা উখি। লমজেল থারমদাইদা তপ্না তপ্না লাক্লদুনা লমজেল্লোয় ১৪ শুনা শরুক য়াখিদে। মখোয়গী মরক্তগী মকোক ওইখিবদি কোসুনি খৃষ্টিনানি। আর রুথকাপেনা অনীশুবা অমসুং লোহরি লোজিয়ানা অহুমশুবা পোজিসন তাখি। খৃষ্টিনাগী রেকোর্দতি মিনট ৪৩ সেকেন্দ ৪৭.৫৭ ওইখি।

লমজেল অদুদা শরুক য়াবগী চাং য়াম্না ৱাৎলি। তৌইগুম্বসুং লমজেল অদুদা শরুক য়ারিবা নহা ওইরিবা লমজেল্লোয়শিং অদু মপাঙ্গল মথৌনা লৈবনা অয়াম্বা ওইনা উই। নুপা-নুপী অনী পূনশিল্লগা মশীং থিবদা লমজেল অদু মী চাম্মা শুবা ঙমদে। মসিগীদমক দিষ্ট্রিক্ট স্পোর্টস ওফিসরগী মীৎয়েং মখাদা লোকল ক্লব, স্কুল, কোলেজ অমসুং চর্চশিংগী মতেং লৌদুনা অঙাংশিংবু শান্ন-খোৎনবদা শরুক য়ানবা মপূক্লিং থৌগৎপা য়াবা খোঙথাংশিং তপ্না তপ্না থাংজিনবীবা ফৈ। লমজেল অসিগী অহানবা তাখিবশিংদা লুপা ১০,০০০, অনীশুবা তাখিবশিংদা লুপা ৭০০০ অমদি অহুমশুবা তাখিবদা লুপা ৫০০০ পীখি। নুপাগীদা মরিশুবা তাখিবদগী ১০শুবা তাখিবা ফাওবদা লুপা ১০০০/১০০০গা লোয়ননা সার্টিফিকেট পীখি। নুপীগী ওইনদি তরেৎশুবা ফাওবা পীখি।

লমজেল অদু শিনবদা য়ুথ এফেয়রস এন্দ স্পোর্টস দিপার্টমেন্টতগী থারকখিবা থৱায় য়াওনা মথৌ পাঙথোকখিবা ওফিসলশিংদি ঐচ য়াইমা, লুখোই, সুরেশ অমসুং দেপ্যুটি দিরেক্টর মুহিন্দ্রোনি।

মালেমদা মীওই লিশীং লিশীংনা মরাথন লমজেলদা শরুক য়ানরি। ময়াম অদুগী মনুংদা অখন্নবা খরদি লমজেল অদুদা মকোক ওইদুনা য়াল্লবা শেনফম অমা ফংদুনা মীয়াম্না মহাকপু মশক খঙবীরিবনি। অদুবু মী খুদিংমক্কী খেন্ন-খেন্নবা পান্দমদা লমজেল অসিদা শরুক য়ারি। মখোয়গী মরক্তা লমজেল্লোয় কয়ামুক্তি লমথুংফম য়ৌবা ঙম্বগী মথৌনা অমদি অখাং কন্নবা অদুদা মশাদা পেঞ্জবা অমা ফাওবা অদুনি। কাঙলূপ খরদি মখোয় মখোয়দা লৈজরিবা মপাঙ্গল অমদি দম অমসুং লমজেল য়াঙবগী চাং অদু হেনগৎচন্না হায়বা খঙনবা মশাগী চাংয়েং তৌজবসু য়াওরি।

মণিপুরগী তম্পাক্তা খুন্দারিবশিংনা কৌব্রু চীং কানীংবা অমদি থাংজিং, বারুনি অমসুং শিরোই চীংদোল কানীংবা অমদি মফমশিং অদু য়ৌরুবদা মশাদা পেঞ্জবা অমা ফংজবা অদুগুম্না মালেম অসিদা অহল-নহা, নুপী-নুপা খাক্তনা মরাথন লমজেলদা শরুক য়াবা অসি হৌজিক্তি মালেম অসিদা চৎনবী অমা ওইরি। ঙল্লিঙৈগী মতমদা লমশাং লমজেল অসিদা শরুক য়াবশিংবু থোইদোক হেন্দোকপা মীওইশিংনি হায়না খন্নরম্মী। লমজেল অশাংবা চেনবা অসিনা লঙস অমসুং হার্ট শোকহল্লি হায়না য়াম্না কিন্নরম্মী।

তপ্না তপ্না শাংলপ্না লমজেল চেনবা অসিনা হার্ট ফবা হেনগৎহল্লি, হার্টকী মপাঙ্গল কনখৎহল্লি। মরম অদুনা হকচাংগী মফম শিনবা থুংনা শীংলিদা ঈচেল কলহল্লি হায়না ডোক্তরশিংনা অফবা পাউতাক পীবিরিবা অসি ঐখোয়না ইশাদা থাজবা অমগা লোয়ননা পাঙথোক্কদবনি। লমদম অসিগী নুপামচা-নুপীমচা কয়ামুক লমজেল অশাংবা চেনবা য়াম্না পামজৈ। মখোয়গী অপোকপা অপোকপীশিংসু হীরম অসিদা থৱায় য়াওই। মসিগী ময়েক শেংবা খুদমদি য়াওশঙগী স্পোর্টসতগী ঐখোয়না খঙবা ঙম্মী। য়াওশঙ স্পোর্টস লোইবা নুমিত্তা লমশাং লমজেল অমা চেন্নবগী প্রোগ্রামদা হাপ্পা অদুদা নুপামচা-নুপীমচাশিংখক্তা নত্তনা অহল ওইরবা থবক্তগী পোথারবা নুপা-নুপীশিংসু শরুক য়ানরিবনি।

লমজেল তপ্না তপ্না চেনবা মতমদা ঐখোয়না নুংশিত্তগী ফংবা ওক্সিজেন অদুনা হকচাংদা দরকার ওইরিবা ওক্সিজেন অদু পীবা ঙম্মী। লমজেল অসি য়াঙখৎলকপা মতমদা হায়বদি কল্লকপা অমদি কন্না য়াঙনা চেনবা মতমদা ঐখোয়না নুংশা শ্বর হোনবা ৱাই। মরমদি য়াঙনা চেনবা মতমদা ওক্সিজেন য়াম্না দরকার ওইবা মরম্না ওক্সিজেন চাং ৱাংনা শীজিন্নখি। মরম অদুনা হকচাংদা ওক্সিজেন ৱাৎলকই। ৱাৎলিবা ওক্সিজেন অদুবু হকচাং মনুংদা লৈরিবা মসলশিং অমদি অতৈ মফমদা য়াওরিবা ওক্সিজেনশিং অদু খুদক্তা দরকার ওইরিবা মফম অদুদা থাজিল্লি। মরম অদুনা ওজা অমনা লমজেল তম্বীবা মতমদা লমজেল্লোয় অদুনা চেল্লিবা লমজেল অদুগী অশাংবা অদু খঙদোক্লগা ত্রেনিং অমসুং কোচিং পীনরি। সমুদ্রগী ঈমাইদগী য়াম্না হেন্না ৱাংবা মফমদদি ওক্সিজেনগী চাং য়াম্না হন্থে। মরম অদুনা অৱাংবা মফমদা লমজেল অশাংবা চেনবশিংনা থওইনা চৎতুনা ত্রেনিং তৌই।

নবেম্বর ২৩দা মাওদা 'সঙাই লমজেল' পাঙথোকখ্রবা মতুংদা মথংগী নুমিৎ নবেম্বর ২৪দা ইম্ফালদা কিলোমিটর ৮ অমসুং মোইরাংদা হাফ মরাথন (কিলোমিটর ২১) গী লমজেল পাঙথোকখিবদা লমদম অসিগী চীফ মিনিষ্টর নোংথোম্বম বিরেননা খুমন লম্পাক্কী ইন্দোর হোলগী মমাঙদগী কিলোমিটর ৮গী লমজেল অদু লমথাখি। নুপা-নুপী পূন্না লমজেল্লোয় ৫২০না শরুক য়াখিবা লমজেল্লোয়শিং অদুনা ইম্ফালগী মরু ওইবা মফমশিংদা চেল্লুরবা মতুংদা লিলোং স্পোর্টস এসোসিএসনগী এম দি সিদিকনা লমশাং অদু মিনট ৩৭ সেকেন্দ ৪৮.০০ দা চেন্দুনা লুপা লিশীং ১০গী মনা ফংখি। মহাক্কী মথংদা সোরাগী এস এ এ ক্লবকী এম দি অবদুল রজাক্না মিনট ৩৭ সেকেন্দ ৫৪.০৮দা চেন্দুনা অনীশুবা পোজিসন ফংখি। অহুমশুবা তাখিবনা নেসনল স্পোর্টস য়ুনিভর্সিটিগী মহৈরোয় সী ঐচ রুঙৌলুনি।

নুপীগী কাঙলূপ্তা মকোক মথং অমদি অহুমশুবা তাখিবীশিংদি মথংশিৎনা টি রুসিয়া ঙাইরাংবম; অঞ্জনা খুমন্থেম হৈরোক অমসুং লিলোং স্পোর্টস এসোসিএসনগী সহিদা অনিতানি। ইম্ফালদা পাঙথোকখিবা লমজেল অসিগী কম্মিটিগী চেয়রমেন দেপ্যুটি দিরেক্টর লুনখোসি হাওকিপনা অচৌবা থৌদাং লৌখি।

কৈবুল লমজাওদা হাফ মরাথন পাঙথোকখিবদা ওইনাম এ সীগী এম এল এ লাইশ্রম রাধাকিশোরনা লমথাখি। কিলোমিটর ২১গী লমজেল অদুদা লৈমপোকপমগী কে বিক্রমজিৎনা লমশাং অদুবু পুং ১ মিনট ১৮ সেকেন্দ ৫৫.০৪দা চেন্দুনা মকোক ওইখিদুনা লুপা লিশীং ৭০গী মনা ফংখি। মহাক্না নক্না লম্বা তৌনখিবা অনীশুবা তাখিবনা বাসিখোং কোংবা ইরোংদগী এন ফোলেন অমদি নরান সৈনাদগী কে এস ঐচ হেরোজিৎনা অহুমশুবা মনা ফংখি।

নুপীগী কাঙলূপ্তা মকোক ওইখিবী এস প্রেমিলানা মহাক্কী নক্লবা লম্বা ককচীং ৱাইরিদগী কে এস ঐচ রোমিকাদগী মিনট অহুমলোম হান্না লমথুংফম য়ৌদুনা মকোক ওইখি। প্রোমিলা কুমজা ২০০৭তগী হৌনা পাঙথোকখিবা য়ু পি এফনা শিনবা মেগা মরাথন্দা অনীশুবা তাখিবী অমদি মথংগী এদিসনশিংদা মকোক ওইখিবী লমদম অসিগী খ্বাইদগী চহী য়াল্লবী মরাথন চেনবীনি। লমজেল অসিদা অহুমশুবা তাখিবীনা মোইরাং কোকিল বোন্দগী টি ঐচ ববিনানি। হাফ মরাথন অসিগী ওইনদি নুপা-নুপী চপ মান্ননা অহানবা মনা লুপা লিশীং ৭০, অনীশুবা মনা লুপা লিশীং ৫০, অহুমশুবা মনা লুপা লিশীং ৩০নি। মরিশুবদগী তরাশুবা তাখিবা ফাওবা লুপা লিশীং মঙা/মঙা পীখিবগা লোয়ননা সার্টিফিকেট অমমমগা খূৎশিন্নখি। ●

ককচীং হরাওবদা হিন্দু লাইগা মৈতৈ লাইগা ৱাখৈনখিবগী কৈনীংচিং

- শ্রীনাওরেম চন্দ্রমণি -

ৱারু ৱাতম্বা হৌবা : ককচীং হরাওবা হায়রগা ইবুধৌ খল্লাংবা হরাওবা ওইনা খঙনৈ। মসিগী মরম : ইবুধৌ খল্লাংবগা ককচীংগা লৈনরিবা মপু-মশুগী ঈ মরীদা হেন্না নকশিন্নবা খোয়রী তিন্নবা মতৌদু ইবুধৌ খল্লাংবা হরাও শকমেন তল্লিবা থৌদোক কুম্মৈনরিবা উরিপোক, শগোলবন্দ, অখাম, থৌবাল ক্ষেত্রি লৈকায় হায়রিবা কৈরোয় খুনবুকশিং অসিনচিংবদা ইবুধৌগা লৈনরিবা মরী অসি ঈ মরীদা অদুক নকশিন্নরুবা লৈতে। মখোয়গীদি উমং লাইশিংবু খ্বাইগী ওইনা ইবুধৌ হায়না কৌনবা মীংগৌগী চৎনবীদু অদুক ইল্লুবগী ৱাদনি। ককচীংগী ইবুধৌদি মদু নত্তে। অদুঙৈ, উরিপোক্তা য়েলহৌঙৈ ককচীংগী ইয়ুরেন, পিবারেন, পুরেনশিং ৱাংঙম 'লাংসাই ফুরুপ' পোইরৈ 'ককচীং ফুরুপ' শেম্বদা অচৌবা থৌদাং লৌখিবদি শানথূপখ্রবা ইবুধৌ খল্লাংবনি। পুৱারীগী অসিগুম্বা মকা ফোংদবা লারৈ-লাথুপকী লারোন লৈবনা ইবুধৌ খল্লাংবা ককচীংগী মৈহৌরোনগী ইয়ুরেন পিবারেন পুরেন্নি, পুকোকনি। অসুম্না মপু-মশুগী মরীদা হেন্না নকশিন্নবা খোয়রি তিন্নবা মরী অমা লৈবসিনা ককচীং হরাওবা হায়রগা ইবুধৌ খল্লাংবা হরাওবা ওইনা খঙনরিবনি।

মসিনা মদোমদে। মখা তাবা ৱারোল লৈরি। মণিপুর লৈঙাক্না য়াদুনা মশক খঙলবা মণিপুরগী ওইনা লাই হরাওবা মখল মরিখক লৈ। মখোয়দুদি কংলৈ হরাওবা, মোইরাং হরাওবা, চকপা হরাওবা, ককচীং হরাওবা অসিনি। লাক্লিবা ৱাফমদি, ককচীং হরাওবা, ইবুধৌ খল্লাংবা হরাওবা হায়রিবসি খুল্লেন ইবুধৌগী হরাওবরা নৎত্রগা ৱাইরি ইবুধৌগী হরাওবরা হায়বগী অরেপ্পা মশক অমা খঙদোকপগী মথৌ তাবা অমা লৈরিবদুনি। কৈরোয় খুনবুক অচৌবা অমা ওইরিবা ৱাইরিগীসু হরাওরোন কাঙলোন অমা লৈজে। অসুম্না কৈরোয় খুনবুক হেন্না চাউবা খুল্লেনগীসু তোপ-তোপ্পা হরাওরোন কাঙলোন লৈ। মণিপুর লৈঙাক্না য়াদুনা মশক খঙলিবদি খুল্লেনগী ইবুধৌ খল্লাংবা হরাওবগী হরাওরোন কাঙলোন অসিনি। মরম : কৈরোয় খুনবুক অচৌবা ৱাইরি, কৈরোয় খুনবুক হেন্না চাউবা খুল্লেন অনীগী অপূনবা খুঞ্জাউ লৈচাওবা খুন্নাই অমা ওইরিবা ককচীং পূম্বগী অসুপ্পা মপু কৈরোয় খুঞ্জাও হেনবা খুল্লেন্না ওইরকখি, ওইরি। মণিপুর নিংথৌনা হাপ্পা ককচীংগী নিংথৌ পরেং পূম্নমক কৈরোয় খুঞ্জাউ হেনবা খুল্লেন্দগীনি। লৈবাক নিংথৌগী থৌজাল ললকু ফংনা ইবুধৌ খল্লাংবগী খুভম শেল্লগা মদুদা কিয়োং শাদুনা হরাও শকশেম তম্বা থৌদোক কুম্মৈনবসু খুল্লেন্না হাল্লি। মণিপুর লৈবাক মমাঙদা 'ককচীং হরাওবা' হায়না কৌবা ককচীংগী য়োইরেন পণ্ডিটশিংনা অমদি সনা কোনুংগী য়োইরেন পণ্ডিতশিংনা ইবা লাইরিক পূম্নমক খুল্লেন ইবুধৌ খল্লাংবা হরাওবগী হরাওরোন কাঙলোন মণিপুর লৈঙাক্না শকখঙলবদুনি। ৱাইরিগীদি লাইহৌদগী লাইরোই ফাওবগী তাঙ্কক তাঙ্কক্কী শৈথারোন, খুরুম-খাজঙবগী থেলোন য়াওরবা মপূং ফারবা লাইরিক অমা লৈবাক মাঙদা পুথোকপা লৈত্রি।

ৱাখৈনবা : ব্রজ মাইনু ইবেম্মা, শঙ্গাই, মাপল ফাওনা ফিরোল্লি-দে। চীংয়াদবু শলহোইবা, রাধিকা ইংখোল তনৌবী শোক্কনি-দে, শোক্লোইদবা নিপানি, কৃষ্ণগী চৈবুন পায়দুনা শলখোম্মী-দে। মথক্কী খুল্লেনগী ইবুধৌ খল্লাংবা হরাওবগী লাইরেন মথেক্কী শৈথারোল ঈশৈ অসি চূড়াচান্দ মহারাজগী মতম (খৃ: ১৮৯১-১৯৪১) দগী খৃষ্ট কুম ১৯৭২ ফাওবা শাংলবা লাংহৈ চহী কুমশিং মরিফু হেন্না পুগী পুরম, পাগী পারম, ৱাংঙম চারোন তানবশিং, পোইরৈ শুরোন তানবশিং, ইমা-ইবেনশিংনা খূৎকী খূৎথেক খোঙগী খোঙথাং তাল চানা শক্তুনা লাকখিবনি। মতমগী য়াওল মৈতৈ/মীতৈ লাইনীং, নাৎ চাওখৎ ঈহৌদা খৃষ্ট কুম ১৯৭২গী মতুংদগীদি হিন্দু লাই অনীগী মমিং মুখৎলগা মৈতৈ/মীতৈগী লাইশিংনা মহুৎ শিল্লগা নৌহৌননা শৈথারোন ৱাহৈ নাচোম শেল্লগা শৈথানা শক্লকপা কুমসি ২০১৯ ফাওবদা লাংহৈ চহী কুমশিং নিফুতরেৎ (৪৭) শুরক্লে। নৌনা শেমদোক্লবা শৈথারোন ময়েক্তু অসিনি - য়ূমজাউ লৈমা ইবেম্মা, শঙ্গাই মাপল ফাওনা ফোরোল্লি-দে। চীংয়াদবু শলহোইবা, পান্থোইবী ইংখোল তনৌবী শোক্কনি-দে, শোক্লোইদবা নিপানি, নোংপোক নহানা কাঙহু লেংদা থোংদুনা শলখোম্মী-দে।

কৈনীংচিং : হৌজিক, ময়েক শেংনা খঙলে মদুদি কৃষ্ণগী মহুৎ নোংপোক নিংথৌনা শিনখ্রে, রাধাগী মহুৎ য়ূমজাউ লাইরেম্বী অমদি পান্থোইবীনা শিনখ্রে। অসুম্না হিন্দু লাইশিংগা মৈতৈ/মীতৈ লাইশিংগা ৱাখৈনবগী নাহৈ-নাশেংনখিবা, তিনকোক-লাইকোক্লখিবা লাংহৈ চহী কুমশিং নিফুতরেৎ (৪৭) হায়রক্লে। অদুবু কৈনীংচিৎ অমদি অদুম্মক লৈহৌরি। হরাও শকশেম তল্লিবা থৌদোক কুম্মৈনরিবসি ইবুধৌ খল্লাংবা, ইবেন্ধৌ শীজ কালিকা, ইবেন্ধৌ অহল হুইমু লৈমগীনি। ককচীংদা শঙ্গাই মাপল ফাওনা ফি লোল্লিবসি ইবেন্ধৌ শীজ কালিকানি, য়ূমজাউ লাইরেম্বী নত্তে। ককচীংদা য়ূমজাউ লাইরেম্বী লৈতে। লৈশু লৈতবা, ফি লোনবগী থবকসু তৌদবা য়ূমজাউ লাইরেম্বী মফৈদগী ফৈনা লাইশক ওন্ননা ফেঞ্জিল্লক্লিবা অসি নাতৈ চাদে। পরৈ হনফম থোকই, হনসি।

মথংদা চীংয়াদা ষণ হোইরিবা, চৈবুন পায়দুনা ষণ খোল্লিবদি ইবুধৌ খল্লাংবনি, নোংপোক নিংথৌ নত্তে। হরাও শকশেম তল্লিবসি ইবুধৌ খল্লাংবগীনি, নোংপোক নিংথৌগী নত্তে। অমুকসু ইংখোল তনৌবী শোক্কদৌরিবা অদুগী মপু ইবেন্ধৌ শীজ কালিকানি, নোংপোক পান্থোইবী নত্তে। মরী লৈনদবা লাই নোংপোক নিংথৌ, পান্থোইবী তরংদগী লাম্মুরগা লৈথেৎ ওইনা করিগী থেৎচিনফম থোকপগে? কাঙলম চাদে। পরৈ হনসি। অদুনা নোংপোক নিংথৌ, পান্থোইবী তরংদগী লাম্মুরগা লৈথেৎ ওইনা করিগী থেৎচিনফম থোকপগে? কাঙলম চাদে। পরৈ হনসি। অদুনা নোংপোক নিংথৌ, পান্থোইবী অমুক হন্না নাহৈ-নাশেংনবগী, তিনকোক-লাইকোক্লবগী অমুক হন্না ৱাখৈনবগী মথৌ তাবা অমা ইচাউ চাউনা লৈরি। মসিদনি কৃষ্ণগী মহুৎ শিনগদৌরিবা ইবুধৌ খল্লাংবগী, রাধাগী মহুৎ শিনগদৌরিবা ইবেন্ধৌ শীজ কালিকাগী মিং অতাক-অফোংননা মকা ফোংলদুনা পাউখোঙ চন্না অরিবা লোন্না ৱাহৈ নাচোম শেমদুনা শৈথারোন শেম্বা ওইথোকই, মদুতদা সত্যম (অচুম্বা) শিবম (লৌশিং গ্যান) সুন্দরম (ফজবা) হায়বদু মশক থোক্না ওইরগনি।

ইবুধৌ খল্লাংবগী ফিরাল : মতমগী য়াওলদা মৈতৈ/মীতৈ লাইনীং, নাৎ চাওখৎহনবগী মিংদা হিন্দুগী লাই হনুমান ফিরালদগী খৃষ্ট কুম ১৯৭৩দগী থাংথখ্রবা তুংদা হনুমানগী মহুৎ শিন্না মৈতৈ/মীতৈ লাই অমনা ফিরালদা তোংহনফম থোকপদু লাইশক খঙদবদগী তোংহন্দনা অসুক শাংলবা লাংহৈ চহী কুমশিং নিফুতরেৎ (৪৭) চুপ্না কুম কাংনা ইহাঙ হাঙনা লৈরক্লি। লাইশক অদুদি পাউখোঙ চন্না ককচীংগী কৈরোয় খুল্লেন-ৱাইরি খুনবুক অচৌবা অনীগী ইবুধৌ কাগূপ অনীগী ঈকৌবগী ঈকারোন শৈথা ময়েক্তা লাতমদুনা লৈরল্লে। লাই ঈকৌবগী ঈকারকপদা লাইরোয় শেলপোৎ পুবী মশু-মনাইশিংনা, লাইথাঙ, চোঙপুবা মশু-মনাইশিংনা পরেং শানা য়াঙবী থক্তা ফিরালনা মাঙদা থা, ইবুধৌনা তুংদা দোলাইথক্তা শামুখোঙ পাক্তা ফমদেংনা সনা খোঙলেঙলকপদা ইমা-ইবেনশিংনা ঈকারোন শক্লকপদা অতম্ননা অখন্ননা ফিরালগী মরমদা শৈথাবা শৈথারোন ঈশৈ শক্লক্লে। শৈথারোল লাথুপ্তু অসিনি - "ফিরালগী নাম্মা তোম্বনা, য়াঙদৌ মাঙদা থানা, কারক্লে-দে"। (অতৈ শৈথারোন লৈরিবদু লৌখৎচদ্রে)।

খল্লাংবা হরাও শকশেম তল্লিবা মণিপুরগী অতৈ কৈরোয় খুনশিংগী ঈকৌবগী ঈকারোন্দা অতম্ননা ফিরালগী মরমদা শৈথাবা শৈথারোন ময়েক য়াওদে, লৈতে। অদুবু, ককচীংগীদি খুল্লেন-ৱাইরি কৈরোয় খুঞ্জাউবা অনীমক্কী ফিরালগী শৈথারোন্দা মথক্কী শৈথা মতুপ অসি করি অমত্তা ময়েক মপোপ কায়দনা য়াওই। ফিরালদা তোংগদবা লাই অদুদি পাউখোঙ চন্না থম্বীরল্লে। মণিপুর পূম্বগী উমংলাই ফিরালগী লাইয়েক ইবুধৌ পাখঙবগী তুবী লিনথুপ পাফলনা ওইরি। অদুবু, ককচীংগীদি অখন্নবা লাই অমখক ফিরালগীদমক তম্বীরল্লে। পাউখোঙদি হৌজিকসু ফোঙবা ঙমদ্রি-ফিরালগী নাম্মা তোম্বা। অখঙ-অহৈ কোক চুংশিন্নরগা তোম্বা পুথোকসি। ফিরালদা তোংফম থোকপা লাই তোম্বা তোংহনসি।

ৱারোইশিন : ৱাখোম ওইনা, হিন্দুগী লাই হনুমান, কৃষ্ণ, রাধা অহুম্মক্কী মিং খুল্লেন খল্লাংবগী শৈথারোন ময়েক্তগী পুম্মুৎ মুথৎখিবা মতম চূপ্পগীনি, অমুক হন্না লাতম্লরোই। হিন্দুগী লাইগা মৈতৈ/মীতৈ লাইগা নাহৈ-নাশেংননা, তিনকোক-লাইকোক্লনা নাখৈ শেংনা ৱাখৈনখিবা লাংহৈ চহী কুমশিং নিফুতরেৎ (৪৭) শুরে। হিন্দুগী লাই খুল্লেন ইবুধৌ খল্লাংবগী হরাওবুংদা লাংওন কয়াদসু অমুক হন্না লাংওল্লক্লরোই। মসিনা হরাওবুং মনুংগী ৱানি। হোয়, লাইশক ওন্নখিবগী কৈনীংচিৎনা তোঙানবা ৱাফম অমনি। মসিসু লাইশক চুম্না চুকশা নাহৈ-নাশেংবগী মথৌ তাবদু লৈরি। তাল্লকসিদা ককচীংগী থৱায় য়াওবা থিজিল্লোয় মহৈরেন খরনা থওইনা শীল্লবা খন্নমীফম অমদা হিন্দুগী লাই হনুমান, কৃষ্ণ, রাধা অহুমগী মীং অমুক নৌহৌনা পোপথোক্লুবদি অদুঙৈ ককচীংগী ইয়ুরেন পুরেনশিং য়োইরেন চীংঙু মায়চৌশিংনা ইবুধৌ খল্লাংবা হরাওবদা হিন্দুগী লাই অহুমগী মমিং করিগীদমক থাংজিল্লল্লিবনো হায়বগী য়ুখল মরুমগী মরম লারৈ-লাথুপকী লারোন অদু পুথোক্লবগীদমক্তনি, খঙদোক্লবগীদমক্তনি। থিজিল্লোয়শিংনা মখোয়গী তৌফম থোকপা মথৌ লৈরল্লিবা, থনল্লিবা পোৎ খুদিংমক, নাকলগী অদু-অদা পূম্নমক নাথৈরগা, নুংগী য়োইরেন মীৎনা উরকপশিং অদু পাউদম্বগী মথৌ চুম্না পাঙথোক্লুবা খক্তনি। অকাউবগী লৈরোন চনখ্রবা লামায় অমা, লাতম অমা অদু অমুক নৌহৌনা কাইহৌরসি হায়বগী ৱা নত্তে। লাংহৈ চহী নিফুতরেৎ (৪৭) কী মমাঙদা মুথৎখ্রবা হিন্দুগী লাই অহুমগী মমিং অমুক হন্না মূথৎনবগীদমক লৈবাক পাউজেল অখঙ-অহৈ লূপকী মমিং পক্না তরংদা থরক ফাক্লুবগী মথৌ তাদে। হৌজিক মাঙদা তাদুনা লৈরিবদি মৈতৈ/মীতৈ লাইশক ওন্নবগী কৈনীংচিৎ লাইশক চুম্না চুক শাবগী নাহৈ-নাশেংনবা, তিনকোক-লাইকোক্লবদুনি। মথংদা হেন্না মরু ওইরিবদি মণিপুর পূম্বগী অখঙ-অহৈ মীলাল, উকল য়াওনা চল্লিবা পাউখোঙ 'ফিরালগী নাম্মা তোম্বা' মশক খঙদোক্তুনা ফিরালদা তোংহনবদুনি। মদু থবক ওইনা পাঙথোকসি। মদুতদা ময়েং তারিবা ককচীং নাৎকী, মণিপুরী নাৎকী পুক্কে মচাক-মচল, হী-য়াই হেনগৎপা, য়াইবী মরাং কায়বা হায়বদু ওইরগনি। ●

পাউচে অসিদা ফোঙজরিবা ৱারেংশিং অসিগী ৱাখল, মীৎয়েং অইবা মশা মশাগীনি। পাউচে অসিগী ৱাখল্লোন অমসুং মীৎয়েংগা থোইদোক্না মরী লৈনদে।