থম্মোয় পাউদম হুইয়েন ইন্দু

লাইনি হায়রম্লগা শিবগী চৈরাক ফংখিবা শোকো আসাহারা

মালেমসিদা ঙল্ল-ঙল্লবা মী য়াম্না লৈ। লাইনা কিবা মীসু লৈ। অদুগা লাই হায়বদো মহাকনি হায়জবা মীসু য়াম্না লৈ। লাই শারম্বদগী ফারগা জেলদা লৈখিবা মীসু লৈ। মী হায়বসিনা পাঙথোক্কে খনখ্রবদি ঙমদবসু লৈতে। অদুনবু হায়নরিবনি মীনা শেল্লগা লাই ওই হায়দুনা। মালেমদা লৈরিবা মীওই ১০০ গী মনুংদা মঙাদি লাই থাজদে। অদুগা মীওই ১০০ গী মনুংদা অমনা লাইনা থারকপা মীনি হায়নিংই। মীওই ১০০ গী মনুংদা ৫০ না লাইনা চানবা মীনি হায়জে। পাজরিবা অসিনা চুম্লে হায়না খনবীরগদি মালেমদা লাই থাজবা মী ১০০ গী মনুংদা ৫০ হেন্না লৈ হায়বসি ময়েক শেংলে। অদুগা মালেমদা লৈরিবা লোইশিনবা ঙমদ্রবা থৌদোক ৱাথোক ১০০ গী মনুংদা ৭০ হেনবনা লাই-তিনগা মরী লৈনবা থৌদোক ৱাথোক ওইরি হায়বসিমসু মতম পুম্নমক্তা চুমদুনা লৈরগদবা ৱাফমনি।

লাই লৈ নৎত্রগা লৈতে হায়দুনা য়েৎনবা অসিদি মতম পুম্নমক্তা অদুম্মক লৈরগদবা মরৈনি। মরৈ অসি লোইশিনবা ঙমগদবা মীসু মালেমদা পোকখিদ্রি। পোল্লক্কনি হায়বগী থাজবসু লৈতে। অসিগুম্বা লাইগী অমসুং লাই শানিংবগী মীওইশিংগী ৱাখল অসুম্মক খল্লকপদা শোকো আসাহারা কৌবা মীওই অমা নীংশিংলকই। মমিৎ উদ্রবা লাইরবা নুপা অসিনা ২০ শুবা চহীচা অসিদা লাইগী মিংদা জাপান অমসুং য়ু এস এগী মীয়াম্বু পুমঙাও ঙাওহনখি। মহাক্কী থবকশিংদা মীয়ামগী পূক্লিংদা অকি-তুজুংবা পোকহনখি। নুপা অসিবু মীয়াম্না ওসো হায়রগা খঙনখি। অশেংবা মমিংনা চিজুও কৌই। মহাক মশানা অমসুং মহাক্কী তুংইল্লোইশিংনা শোকো আসাহারা হায়বা মিং অসি শীজিন্নবদগী কোন্নদি মীয়াম্না মিং অসিদা ওইনা শকখঙনখি।

লাইগী শাইওলনি হায়জিন্দুনা মীয়াম্বু পংথহল্লগা য়াল্লবা শেনফমশিং খোমগৎখি। মীয়াম্বু কনবীগদবা মেসিহনি হায়জিন্দুনা মীয়াম্বু অপংবা শিখি। মহাক্না কেমিকেল ৱিপন শাদুনা জাপান পুম্বা কিবনা থক-থক নীকহনখি। অদুবু হুরানবগী তরানি মপুগী নোংমা হায়বদুনি। মহাক্কী ওইদবা থবক থৌরম পুম্নমক খঙনরকখি। জাপান লৈঙাক্লা মহাকপু ফারগা ৱায়েল চথখি। মমৈথংদা শিবগী চৈরাক পীখি। চিজুও কুমজা ১৯৫৫ গী মার্চ ২ দা জাপানগী খাথংবদা লৈবা ক্যুসু ইথৎকী য়াটসুহিরো হায়রিবা মফম অসিদা পোকখি। মহাক্কী ইমুং-মনুং য়াম্না লাইরবা ইমুংনি। চরুগী ফক শারগা হিংনবা হোৎনখিবা ইমুংনি। অদুবু কোন্নদি ইনাক-কৈরাক খুল্লবা ইমুং হায়বদু ওইখি।

লাইরবগী চৈনা খাংলিঙৈদা গ্লাউকোমানা নারক্তুনা মমিৎ উখিদে। মীৎতাংবনা থন্না তম্বা মহৈতম্ফমশঙ অমদা তমদুনা মিৎ উদবা অমনা লৌবা য়াবা খুদোংচাবা পুম্নমক মহাক্লা লৌখি। অদুবু মহাক্কী মমিৎ য়েৎতি খরা খরদি উরিবনি। মহাক্লা মহৈতম্ফমশঙ অদুগী মহৈরোয়শিংগী লুচিংবা ওইনবা কন্না হোৎনখি। অদুবু মহাকপু কনানসু লুচিংবা ওইহন্নিংখিদে। লুচিংবা খনবগী চাংয়েংদা মহাক মায়থিদুনতা লৈখি। অদুবু কন্না হোৎনবদগী মমৈথংদদি মহাক লুচিংবা ওইদ্রবসু জুদোদা ব্লেক বেল্ট ফংখি। মহৈ-মশিন তম্বা লোইরগা পোলিটিকেল পার্টিদা মিং চনখি। জাপানগী প্রাইম মিনিষ্টর ওইনিংবগী অপাম্বা মঙোন্দা লৈখি।

মহাক হোৎনবা য়াবা হোৎনরবা মতুংদা যোগ, হীরি কোনবা (মেদিটেসন), এক্সপঙ্কচর অমসুং চিনাগী হীদাক লাংথক্কী মরমদা পূক্লিং চঙলম্মী। মসিদগী মহাক্কী অনৌবা লম্বী লাকখি। মীয়াম্না মহাকপু থাজনরকখি। মহাক্লা মহী হোম্বা অপীকপা কমলা মহীগা য়ুগা য়ান্নরগা শেম্বা হীদাক শীজিন্নদুনা মীওই কয়াদা লাইয়েংবা হৌরকখি। তান-চান্নবদগী ফবা য়াওরক্তুনা মীয়াম্না লাই ওইনা লৌনখি। মমৈদদি লাইগী থৌজালনি। মশামক লাইনি হায়রকখি। মশানা-মশাবু লাইনি হায়বদগীদি তৌহৈবা তৌহৈদবা থিদনা থবক কয়া তৌরকখি। অরোনবা লম্বীদগী শেল তানবা হৌরকখি। মসিনা মহাক্কী মোংফম ওইখি। মসিদগী মীয়ামগী পাড়া ওইহৌরিবদি হেঞ্জিন্না পাল্লবদি মোংফম য়ৌই হায়বসিনি।

লৌশিং পুক্কে

নারুমদা কোক চীকপা করিনা থোকহনবগে ?

নারুমদা কোক চীকপগী মরম কয়ামরুম লৈ। নারুমদা কোক চীকপা হায়রগা নারুমদগী হৌরকপা অনাবা মখল খুদিংমকপু খঙনৈ। কোক চীকপা হায়বসি য়াম্না তোয়না থেংনবা তারগসু নারুমদা কোক চীকপা হায়বসিদি তোয়না থেংনগন্দে।

অসিগুম্বা মখলগী কোক চীকপা অসি নর্ভ ইঞ্জুরিদগী হৌরগা দেন্টেল প্রোব্লেম ফাওবগী তোঙান তোঙানবা মরম ময়াম অমনা থোকহনবা য়াই। থোকহল্লিবা মরম অদুগী মতুংইন্না সিম্পটোমশিং অমদি লায়েংসু খেন্নৈ।

নারুমদা কোক চীকপগী সাইন অমসুং সিম্পটোমশিং, মসি থোকহনবা মরমশিং অমদি করমনা ফহনগদগে হায়বগী মতাংদা খঙমিন্নসি।

মরমশিং:

নারুমদা কোক চীকপগী ওইথোকপা য়াবা তোঙান তোঙানবা মরম কয়ামরুম লৈ। মরমশিং অদু মখাদা পীরি

ওক্সিপিটল ন্যুরেলজিয়া- ওক্সিপিটেল ন্যুরেলজিয়া কৌবা কন্দিসন অসি নারুমদা কোক চীকহনবগী খ্বাইদগী তোয়না থেংনগনবা মরম্নি। ওক্সিপিটেল নর্ভশিং নৎত্রগা স্পাইনেল কোর্দকী মতোন্দগী কোক্কী উনশা ফাওরগা চৎপা নর্ভশিং শোকপা নৎত্রগা পোমখৎলকপা মতমদা ওক্সিপিটেল ন্যুরেলজিয়া তৌই।

নারুমদা কোক চীকপা অসি মাইগ্রেন নৎত্রগা অতোপ্পা মান্নবা মখলগী কোক চীকপগা সিম্পটোম মান্নবা য়াবা মরম্না মীওই কয়ানা মসিবু মাইগ্রেন নৎত্রগা অতোপ্পা মখলগী কোক চীকপা ওইরবোই নীংই।

ওক্সিপিটেল ন্যুরেলজিয়া নাবা মীওইশিংনা ফাওরিবা অনাবা অদু কোকতা করিগুম্বা মচীন তুম্বা য়োৎকুম্বা অমনা হূৎলকপা নৎত্রগা করিগুম্বা অমনা শাফু কন্না থোল্লকপগুম ফাওই হায়না ফোঙদোকই। ঙকশমগী মথক থংবা শরুক, লুখম অমদি নারুমদা মৈনা চিংবগুম ফাওই হায়নসু ফোঙদোকই।

ওক্সিপিটেল ন্যুরেলজিয়া অসি ওক্সিপিটেল নর্ভশিংদা প্রেসর পীবদগী নৎত্রগা ইরিটেসন তৌবদগী ওইরকই। মসি মহৌশানা কোক্কী নাকল অমখক্তদা তৌগল্লি। করিগুম্বা কেস খরদদি প্রেসর নৎত্রগা ইরিটেসন অদু ইনফ্লেমেসন, মসল য়াম্না টাইট ওইবা, নৎত্রগা অশোক অপন য়াওবদগী ওইবা য়াওই।

মেষ্টোইদাইটিস- মেষ্টোইদ বোন হায়রিবা নারুমমক্তদা লৈবা শরু অসিদা ইনফেক্সন তৌববু মেষ্টোইদাইটিস কৌই। ইনফেক্সন মখল অসি অহলশিংদগী অঙাংশিংদনা হেন্না তৌগল্লি অমদি লায়েংবদা য়াম্না লায়না ফৈ। মেষ্টোইদাইটিসনা নারুমদা কোক চীকহনবগা লোয়ননা লাইহৌ, নাকোংদগী মহী তাবা, চোকথবা অমদি শোল্লিবা নাকোং নাম্মা অদু তাবা ঙম্বগী পাঙ্গল মাঙবসু তৌহল্লি।

টি এম জে: টেম্পোরোমান্দিবুলর জোইন্ট্স (টি এম জে) হায়বসি চুবাগী বোল অমদি সোকেট জোইন্টশিংনি। হায়রিবা জোইন্টশিং অসিদা ইনফ্লেম তৌবা অমদি নাবা মতমদা নারুম চীকপা অমদি চুবাদা নাবা ফাওই। মী অয়াম্বনা টি এম জে ইনফ্লেমেসন তৌবা মতমদা চুবা অমদি নারুমদা নারবসু কনাগুম্বা খরদদি নারুমখক্তংনা চীকপা য়াওই।

টি এম জে অসি ষ্ট্রেস, য়া কায়বা, আর্থ্রাইটিস, ইঞ্জুরি, জো এল্লাইনমেন্ট অসিনচিংবশিংনা থোকহনবা য়াই।

সিম্পটোমশিং

নারুমদা কোক চীকপা অসি মসিবু থোকহল্লিবা মরম অদু খেন্নবগী মতুংইন্না সিম্পটোমশিংসু খেন্নবা য়াই।

ওক্সিপিটেল ন্যুরেলজিয়ানা লুখমদা অমদি/নৎত্রগা ঙকশমগী মথক থংবা শরুক্তা য়াম্না কন্না নাবা ফাওহনবা য়াই। অয়াম্বনা ঙকশমদগী হৌরক্লগা লুখমদা কাখৎলকই। কোক চীকপা হৌরকপদা ফাওবা চৈনাখোল অসি লুখম অমদি ঙকশমদা মৈনা চিংবগুম ফাওই।

লাইহৌ নৎত্রগা চোকথবগুম্বা ইনফেক্সনগী সাইনগা লোইনরগদি মেষ্টাইটিসনা ওইহল্লম্বা য়াই।

টি এম জেনা মরম ওইরগা চীকপা ওইরগদি নারুমদা কোক চীকপগী মথক্তা য়া কাথোকপদা নাবা, অমদি চুবাদা নাবসু ফাওবা য়াই।

নারুমদা কোক চীকপা মীওইশিংনা কোককী নাকল অনীমক্তা নাবা; মঙাল উবদা মীৎ থক্কৎপা; চীকপা, শাবা; মীৎকী মনীংদা নাবা, টেন্দর স্কাল্প, ঙক লেংথোক লেংশিন তৌবদা নাবা অসিনচিংবা অতোপ্পা সিম্পটোমশিংসু থেংনবা য়াই।

য়ূমগী লায়েংশিং:

কোক চীকপগী মতাংদা লৌখৎপা য়াবা খ্বাইদগী চম্বা থৌরাংদি অচীকপা কা অমদা পোত্থাবা নৎত্রগা ঙাইহাক্তং তুম্বা অসিনি। কোক চীকপা মতমদা খ্বাইদগী ইহান হান্না তৌগদবদি চীকপা-নাবা অদু ফহনবা অসিনি।

দোক্তরগী মনাক্তা চৎত্রিঙৈদা নৎত্রগা চৎলুরগসু য়ূমদা তৌবা য়াবা লায়েং মখল খরদি লৈ। মখোয়শিং অদুগী মনুংদা অচীকপা কা অমদা পোত্থাবা; ওভর-দ-কাউন্তর এন্টি-ইনফ্লেমেটরি দ্রগশিং শীজিন্নবা; ঙকশমগী মসলদা মাসাজ তৌবা; ঙকশমগী তুং থংবা শরুক্তা অশাবা হীগা য়ৈবা; ষ্ট্রেস হন্থহনবা অসিনচিংবশিং তৌবা য়াই।

লায়েং মখল অমগী হীদাক লাংথকশিং শীজিন্নদ্রিঙৈ মমাঙদা শুকশোয় শোয়দনা দোক্তর তানগদবনি। কোক চীক্লিবা অদুগী মরম দোক্তরনা য়েংলবা মতুংদা মদুগী চানবা হীদাক থাদুনা লায়েং চথগনি। মরম অদুগী মতুংইন্না দোক্তরনা মসল রিলেক্সেন্ট; নর্ভ ব্লোক্স অমদি ষ্টেরোইদ কাপ্পা; ফিজিকেল থেরাপি; এন্টিদিপ্রেসেন্ট; এন্টিসিজর দ্রগ; এন্টিবাইওটিক (মেষ্টাইটিসকী চিংনবা লৈরগদি)নচিংবা হীদাক-লাংথকশিং প্রিস্ক্রাইব তৌরকপা য়াই।

‘সনামহী লাইনিং চৎপা কাঙবুবু মশিং য়ামজদবা কাঙলুপনি হায়না লৈঙাক্লা লাউথোকপীয়ু’

ইম্ফাল, ফেব্রুৱারী ২৭ (এচ এন এস): সনামহী লাইনিং চৎপা কাঙবুবু মশিং য়ামজদবা কাঙলুপনি হায়না মণিপুর লৈঙাক্লা লাউথোকপীনবা আপিল তৌরি হায়না য়েলহৌমী থৌপৈগী প্রসিদেন্ট হিজম দিনেস অমদি সনামহী লাইনিং লূপতিনগী কনভিনর মুতুম চুরামনিনা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা হায়, চথুরিবা মণিপুর ষ্টেট এসেমব্লী মীফমদা মণিপুরগী অরিবা লাইনিং, সনামহী লাইনিংবু সেন্সসকী কোদ পীবীনবা অমদি মাইনোরিটি রিলিজন অমা ওইনা শকখঙবীনবগী মতাংদা খন্নখিবা অদু য়েলহৌমী থৌপৈ অমদি সনামহী লাইনিং লূপতিন (লাইনিংথৌ মালেম অঙানবা সনামহী থৌগল লূপ, সনামহী টেম্পল বোর্দ, লাই হরাউবা কাঙলোন ঙাক শেনবা লূপ, লাইনিংথৌ সনামহী থৌগল কাঙলুপ, কংলা ফমথৌ হুম্ফুমরি, য়ুনিভর্সেল ফ্রেন্দশিপ ওর্গনাইজেসন, লাইয়াম কংলৈপাক, মাইচৌ নীংশিং লূপ, মৈতৈ ইপানাৎ ইপুনাৎ কনবা লূপ, অৱাং নোংপোক চিংখৈ ইপানাৎ ইপুনাৎ কনবা লূপ, কংলৈ সলাই অপূনবা লূপ, অমাই পিবা অপুল লূপ, অপাহৌ হুইমৈয়োল হুইফা হুইথাপা লূপ, ইন্টরনেসনল সনামহী ষ্টুদেন্টস এসোসিএসন, মীতৈ ইনাৎ শঙলেন, কংলৈ ইনাৎ য়োকখৎপা লূপ, সলাই পুনশিফম, কলচরেল ষ্টদিজ সেন্টর, কংলৈপাক অমদি য়েলহৌমী থৌপৈনা নুংঙাইবা ফোঙদোক্লি। মোসন অসিবু পুখৎলক্লিবা হাউসকী মেম্বরশিংবু থাগৎপা ফোঙদোক্লি।

কুমজা ২০০২ দা এসেমব্লী মীফমদা সনামহী লাইনিংবু মীকোক থিবদা তোঙানবা কোদ অমা পীবীনবা ইন্দিয়া লৈঙাক্তা তকশিনসি হায়না মতমদুগী এম এল এ, ও জয়না পুখৎখি। মদুগী মতুংদা হাউসকী মেম্বরনা শাবা কম্মিটি অমা শেমখি। মেম্বরশিং অদুদি, মতমদুগী ৱার্ক্স মিনিষ্টর গাইখাঙম, প্লান্নিং মিনিষ্টর এন বিরেন, সোসল ৱেলফেয়র মিনিষ্টর দি কে কোরুংথাং, এম এল এ, ও জয়, ডা. নিমাইচান্দ লুৱাং, ৱাই ইরাবত, বি দি বেহরিং, এল ইবোমচা, আর্ট এন্দ কলচর মিনিষ্টর ডা. এম নরনা কম্মিটি অদুগী চ্যেরমেন ওইখি। কম্মিটিগী রিপোর্ট অদু কুমজা ২০০৩ গী জুন্দা হাউসতা থমখি। কুমজা ২০০৩ গী ওগষ্টতা হাউসনা য়াদুনা ৱারেপ পাস তৌখি। কুমজা ২০১৯ ফাওবদা সেক্রেটরিয়টতা তাদুনা লৈরমখি। মরী লৈনবশিংনা চপ চাবা থবক পায়খৎলম্লবদি কুমজা ২০১১গী সেন্সসতা মীয়াম্না পাল্লিবা অসিগী মায়কৈদা খুম্মাং খরদি চাউশিল্লম্বা য়ারবনি। কুমজা ২০২১ গী সেন্সস রিপোর্ট ইখৎনবা মরী লৈনবা দিপার্টমেন্টনা শোয়দনা অথুবদা থবক হৌরক্লগনি। অসিগুম্বা চিরবা তানফম অসিদা কুমজা ২০২১ গী সেন্সস ওপরেসন (মীকোক থিবা) অসিদা অমুক নাম্থোকখিবা তারবদি চহী ১০ অমগা হায়বদি কুমজা ২০৩১ ফাওবা ঙাইবা তারি।

মতাংসিদা য়েলহৌমী থৌপৈ অমদি সনামহী লাইনিং লূপতিননা মণিপুর লৈঙাক্তা পুকচেল শেংনা থম্লিংই। ইন্দিয়া লৈঙাক্লা সনামহী লাইনিংগী তোঙানবা কোদ অমা পীরকপা হায়বসি হৌজিক হৌজিকমক্কী ওইনদি পংলাই লাইবা অমা ওইগদবা মান্দে। হৌজিক লৈরিবা মণিপুরগী অপূনবা মীশিংগী মনুংদা কুমজা ২০০১গী সেন্সস রিপোর্টকী মতুংইন্না সনামহী লাইনিং চৎপা মীওই ২,২২,৩১৫ রোমনি। তশেংবদি য়েলহৌঙৈদগী লৈরক্লবা সনামহী লাইনিংগী হৌরকফম ওইরিবা ইরমদম অসিদা সনামহী লাইনিং অসি মাইনোরিটি ওইরি। মসিমক্তি য়াম্না মীপায়নিংঙাই ওইবা তানফম অমনি হায়না লৌই। মরমসিদগী সনামহী লাইনিং চৎচবা কাঙলুপপু মণিপুর লৈঙাক্লা রিলিজিয়স মাইনোরিটিগী কাঙলুপনি হায়না অথুবদা লাউথোকপীয়ু। লাক্কদৌরিবা সেন্সসকী রিপোর্টতা সনামহী লাইনিং থাজরিবা অমদি কাঙলোন ঙাক্লা চৎচরিবশিংনা চিংনবা লৈতনা সনামহী লাইনিং চৎচবনি হায়বা ঙমজনবা ষ্টেট লৈঙাক্কী মায়কৈদগী ৱাফমশিং অসি মীয়ামগী মফমদা থন্বীয়ু।

লৈঙাক্কী মায়কৈদগী পাউজেল ওইনা মীয়ামগী মফমদা অথুবদা থন্বীদুনা লাক্কদৌরিবা সেন্সস রিপোর্টতা সনামহী লাইনিং থাজরিবা অমদি কাঙলোন অসিবু ঙাকচরিবশিংনা চিংনবা লৈতনা সনামহী লাইনিং চৎচবনি হায়বা ঙম্লবা মীৎয়েং চঙবীয়ু। সনামহী লাইনিং চৎচবা কাঙবুশিং অসি মণিপুর লৈঙাক্লা রিলিজিয়স মাইনোরিটি কাঙলুপনি হায়না লাউথোকপীয়ু। কুমজা ২০০২ দা মণিপুর এসেমব্লী মীফমদা সনামহী লাইনিংবু মীকোক থিবদা তোঙানবা কোদ পীবীনবা ৱাফমসু পুখৎখিবা লৈখ্রবনি হায়নসু মখা তারি।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ২৮।০২।২০২০ ইং, ইরাই, অয়ুক পুং ৬.৪৫ ফাওবা লমতাগী ৪নি, মতুং ৫নি পানগনি।

মেষ : হরাওবা নুংঙাইবা মরুপ-মপাংনা য়াম্না চানবীবা অমদি লল্লোন ইতিক্তা কান্নবা ওইগনি। লমদগী নুংঙাইবা পাউসু তাগনি, য়েৎনরসু অনীংবা থবক্তি পাংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংজবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

বৃষ : নঙগী ওইবা মী কাইনদনবা হোৎনৌ অমদি ঙক কনগনু। হুরানবনা হুবীবা য়াবা লৈ-চেকশিল্লু। অদবু য়েক্লবা ঙমগনি, মীয়াম্না চানগনি, থবক পাংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশি মরী ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

মিথুন : শেল ফংগনি, অনৌবা থৌরম পাংবা য়াগনি অমদি খন্থরগা পাংবা থবক মায় শোইদনা পাক্কনি। অশাওবনা মাঙওইনরবদি ইমুং-মনুং ফাওবা নুংশিনরোই।
লৈশা পাখংশিংগী - নাপল থাদোকউ।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।

কর্কট : থবক পাংলনি, মীচংদি হান্নদগী য়াম্না হেনগৎলনি অমদি ঙাঙথোকপদা মীয়াম্বু লায়না শুম্বা ঙমজগনি। অদুবু থিজিনবা ৱাৎপনা পূক্লিং নুংশিবদি নংগনি ।
লৈশা পাখংশিংগী - খাংবা কল্লু।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

সিংহ : থাজদবা কান্নবা য়াম্না ফংলসু শেল চৎফমসু য়াম্মী অদুনা মীয়াম্না য়াবা থৌ পাংউ। অরং-অরাক, মীচং, লৈতেং অমদি লৌশিং তানশিনবা ফবা নুমিৎনি।
লৈশা পাখংশিংগী - মায় পাক্কনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

কন্যা : ইচং থৌনা পাংবা থবক খুদিং শোইদনা মায় পাক্কনি, পাইরক্কী লৌশিং চাওবনা মীনা লাকচবা ঙমলোই। লৈঙাক্কী লম্‌দা মীংচৎ ফংগনি। নরলদি চৎফম য়াম্মী।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংবা থুংবা ৱাৎকনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

তুলা : নীংবা খ্বাইদগী হেন্না থুংজবা নুমিৎনি, লল্লোন ইতিক্তা খুৎচাও থাবা য়াগনি। নথক থোংবনা চৈবী ঙাঙবীবা য়াবদি লৈ-চেকশিল্লু। থৌনা ফবনা লনদি চংই।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবা ফংবৈ নুংঙাই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/কিসমিস।

বৃশ্চিক : লাইবক ফবা লৈরে, অনীংবা অফবা থবক পাংবা য়াৱনি অমদি ৱানোম-থৌনোম কান্নগনি। মরুপ-মপাং অমদি নংগী ওইবা মীয়াম্না থোইনা চানবীগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংজবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

ধনু : শেল-থুম অমদি মীয়ামগী মতেং য়াম্না ফংগনি। য়েক্লবা হন্থখিগনি অমদি পন্দুনা লৈরুবা শেল-থুম ফংবগী নুংঙাইবসু লৈগনি। ইমুংদা মহু চাউবা চংবা য়াই।
লৈশা পাখংশিংগী - মীতোপ্পা তাথি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক/থোইদিং অমুবা।

মকর : তপথৌ থৌনা ফুদোকপা য়াদবা, অনম তাল্লগা লন মাঙবা অমদি হোয়া ফরগা মরুপ কাইনবা নুমিৎনি। অরিবা থবক্তদি কাইরোই। অনৌবদি পায়গনু।
লৈশা পাখংশিংগী - ঈংথবনা শাফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।

কুম্বা : মীচং হেনগৎলনি, থবক পাংলনি অমদি কিদবনা মায় পাক্কনি। হন্থবা লোয়নবা অমদি ৱা য়াম্না ঙাঙবনা চোপ্পা নংগনি। অরং-অরাক চেশিল্লু, য়েৎকনু।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/কিসমিস।

মিন : শেল ফংগনি, য়েৎনরম্বা কোকচদুনা ওইজবা ফংলনি। চিন য়াংগনু অমদি মীতোপ থাজগনু অমদি খুৎচাউ থাগনু। অখঙ অহৈ তান্নবা কান্নগনি-তনগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - য়াকা য়েংনা চৎপা ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।

মমি ৱারী

মতমনা চিকথৎলি হকচাং

তিংথৌনু

Tingthounu is a visual art practitioner.