ꯍꯨꯏꯌꯦꯟ ꯂꯥꯟꯄꯥꯎ
ꯅꯤꯡꯊꯧꯀꯥꯕꯥ, ꯗꯤꯁꯦꯝꯕꯔ ꯲꯸, ꯲꯰꯲꯰, ꯏꯝꯐꯥꯜ
꯴꯴ ꯁꯨꯕꯥ ꯆꯍꯤ, ꯲꯷꯱ꯁꯨꯕꯥ ꯃꯁꯤꯡ

হুইয়েন লানপাউ
নিংথৌকাবা, দিসেম্বর ২৮, ২০২০, ইম্ফাল
৪৪শুবা চহী, ২৭১শুবা মশীং

স্পেসল ষ্টেটসকী দিমান্দ

মীয়ামগী কনভেন্সন্না লৌখিবা ৱারেপ থিন্থদনা থবক্তা ওন্থোকপা চঙই

মণিপুর অসি কাঙলুপ-ফুরুপ কয়ানা খুন্দামিন্নদুনা নুংশি-চান্ননা লৈরকপা লমদম অমনি। কাঙলুপ-ফুরুপ কয়ানা খুন্দামিন্নবা লৈবাক অয়াম্বদা কাঙলুপ মশেলগী ওইবা উংখৎনবগী থৌদোকশিং অসি চাউখৎত্রিবা লৈবাকশিংদনা হেন্না থোকই। ষ্টেট অসিদা লৈঙাক্লা শকখঙলবা কাঙলুপ ৩০ হেন্না লৈরি। মণিপুরদা খুন্দামিন্নরিবা তোঙান-তোঙানবা ফুরুপশিং মশক থোক্লা পুন্না খুন্দামিন্নদুনা অপূনবগী শক্তম ঙাক্তুনা থম্ননবা পোলিটিকেলগী ওইবা স্পেসল ষ্টেটস অমা মণিপুরদা পীগদবনি হায়বা দিমান্দ তৌরকপা অসি লমদম অসিদা হৌজিক ওইরক্লিবা ফীভমশিং অসি য়েংলগা য়াম্না মরম চাবা অমনি হায়না লৌফম থোকই।

কোওর্দিনেটিং কম্মিটি ওন মণিপুর ইন্টিগ্রিটি (কোকোমি)না শীন্দুনা জি এম হোলদা স্পেসল ষ্টেটস ফোর মণিপুর হায়বা হীরমদা মীয়ামগী কনভেন্সন অমা পাঙথোক্তুনা তোঙান-তোঙানবা ৱারেপ কয়াসু লৌখ্রে। ৱারেপশিং অদুদি অহানবদা মণিপুরগী ঙমখৈ মনুংদা কাঙলুপ-ফুরুপ নাইবা টেরিটোরিএল কাউন্সীল অমত্তা শেম্বা য়ারোই, করিগুম্বা শেম্লক্লবদি মসিনা পোলিটিকেল অমসুং ইথনিক্কী প্রোব্লেমশিং থোকহল্লক্লবগী মচাক ওইগনি। অনীশুবদা ইন্দিয়ন য়ুনিয়নগী ফ্রেমৱার্ক মনুংদা মণিপুরগী স্পেসল ষ্টেটস ফংননবা পিপলস দেম্মক্রেটিক মুভমেন্ট চঙশিনবা, অহুমশুবদা স্পেসল ষ্টেটসকী ৱাহন্থোক অসি ইন্দিয়ন কনষ্টিট্যুসনগী স্পিসিফিক প্রোভিজন ওইগনি। ইন্দিয়ন কনষ্টিট্যুসন অসি এমেন্দ তৌদুনা এদমিনিষ্ট্রেটিভকী সবজেক্ট অহুম হায়বদি দিফেন্স, এক্সটর্নেল এফেয়র্স অমসুং ইন্টর ষ্টেট রিলেসনগী ওইবা থবক থৌরমশিংনা সেন্ট্রেল গভর্ণমেন্টনা তৌরগা অতোপ্পা এদমিনিষ্ট্রেসনগা মরী লৈনবা থবকশিংদি ইন্দিয়ন কনষ্টিট্যুসন শেমদোক্তুনা ষ্টেট লৈঙাক্তা শীন্নবা, য়ুমথংনরিবশিংগা লল্লোন-ইতিক্কী থবক তৌবদা ষ্টেটতা পাৱর পীবা, ষ্টেট মনুংদা পায়খৎপা সেন্ট্রেল প্রোজেক্টশিংগী প্রোফিট ষ্টেট অমসুং সেন্টরনা পুন্না লৌমিন্নবা, ষ্টেট মশানা ইন্টর ষ্টেট মাইগ্রেসনগী থবক থৌরমশিং কন্ট্রোল তৌজবা, ইন্দিয়ন কনষ্টিট্যুসনগী আর্টিকল-৩ এমেন্দ তৌদুনা মণিপুরগী ঙমখৈ হোংদোক-হোংজিন তৌগদবা লৈরবদি ষ্টেট এসেমব্লীগী অয়াবা লৌহনবা, মণিপুরদা খুন্দামিন্নরবা শকখঙলবা ফুরুপ খুদিংমক্কী মীহুৎশিং য়াওবা মণিপুর লেজিলেসটিভ কাউন্সীল অমা শেম্বা, অচৌবা ফুরুপশিংগীদি মীওই লাখ ২ লৈবা খুদিংগী হায়রিবা কাউন্সীল অসিগী মীহুৎ অমমম লৈহনবা, মণিপুরগী লম অমসুং রিছোর্সশিংগী থবক থৌরমশিং ষ্টেটতা শীন্নগদবনি হায়বসিনি। মরিশুবা ৱারেপনা ৱার্কিং কম্মিটি অমা শেমদুনা স্পেসল ষ্টেটস অসিগী মতাংদা অকুপ্পা ৱারোলশিং কুপ্পা খন্ন-নৈনরগা মণিপুরদা স্পেসল ষ্টেটস পীননবা দিমান্দ তৌবগী মেমোরেন্দম অমা দ্রাফ্ট তৌদুনা ইন্দিয়া গভর্ণমেন্টতা পীশিনবা অমসুং মঙাশুবদা মীয়ামগী কনভেন্সন অসিনা লৌরিবা ৱারেপশিং অসি থবক্তা ওন্থোক্লনবা কোকোমিনা থৌদাং লৌবা হায়বা অসিনি। মণিপুরদা অৱাংবা থাক্কী ওটোনোমি পাৱর য়াওবা পোলিটিকেলগী ওইবা স্পেসল ষ্টেটস পীরবা মতমদা লমদমসিদা লৈমিন্নরিবা ফুরুপচাশিংগী রাইট, অনীংবা অপাম্বশিং থুংহনবা ঙমগনি হায়বা ৱাখল্লোন্দা লৌখ্রিবা ৱারেপশিং থিন্থবা তৌদনা থবক্তা ওন্থোকপা চঙই। মসিনা লমদম অসিগী অপূনবা শক্তম মতম চুপ্পদা ঙাক্তুনা থম্বা ঙমহনগনি অমদি খুন্নাই অসি মাঙলোমদা চঙশিনবদা অচৌবা মতেং ওইগনি।

এডিটরদা থারকপা চিঠি

অতোনবা জীবশিংবু নুংশিসি

ইকায়খুম্নজরিবা এডিটর,

ঐখোয় মীওইবনা নেচরেল দেথপু ওইরবসু, অতোপ্পনা হাৎপবু ওইরবসু শিনীংদবা, হিংনীংবা অদুগুম্না সংসারসিদা লৈরিবা মথ্বায় পানবা জীব পুম্নমকসু হিংনীংবা ঙাক্তনি মনীং তম্না। ঐখোয় মীওইবনা ঙম্মী হায়দুনা ঈশিংদা, কংফালদা, লৈনুংদা লৈজবা অমদি অতিয়াদা পাইদুনা লৈজবা জীবশিংগী মোংফম ঐখোয়গী চাকখাওদা ওইহল্লি। চিঙাক্লি খন্না জীবশিং অসিবু হাৎতোকপীবা মতমদা ঐখোয়বুসু মচিঙাক ওইরিবা কার্নিভরসশিংনা চাথোক্লবা হোৎনরকপা মতমদা ঐখোয়সু কৈসু শিনীংদবা অদুগুম্না মখোয়সু (জীবশিংদুসু) শিনীংদ্রিবনি। তাইবঙ শেম্বা মপুনা পাম্বসু ঐখোয় মীওইবনা ঙম্মী হায়দুনা জীবশিংবু মীনুংশি য়াওদনা হাৎতুনা চাবসি ওইরোই, জীবশিংবু ঐখোয় মীওইবনা নুংশিবীবগা লোয়ননা মখোয়গা হিংমিন্নবদু ওইগনি। ঐখোয়গী লৈবাক্কী (ইন্দিয়ন কন্সটিট্যুসন) গী Part IV A গী Fundamental Duties of Citizens তসু হায়রি - Article 51A গী clause (g) to protect and improve the natural environment including forests, lakes, rivers, wilflife and to have compassion for living creatures.

অদুনা হান্নদগী নুংতিগী ঙানু, য়েন, ওক, হুইনচিংবা জীব কয়া-কয়া হাৎতোকপীদুনা চারিঙৈগী মথক্তা 'বাই-বাই' অমসুং 'ন্যু য়র' না লাকপদা অমুক্কা হেন্না হাৎতোকপীগুমসি। হায়জরিবা ঐ ইশামক ভেজিটেরিয়নমক্তি নত্তে। ঐনা উদ্রিঙৈদা নেচরেল দেথ ওইরবা ঙা ফাওবদি চাই। অহিংবা ঙা হাৎলগা শেন্বদি ঐ য়েংবা ঙমদে, চাসু চাদে। মশা মথন্তা শিজরবা ঙাসি নত্তনা উচেক, ঙানু, য়েন, ওক, হুই অমদি ষণনচিংবা জীব অমত্তা চাদে, নুংশিবদগী। ঐহাক উচেক-ৱায়া, হুই-হৌদোং, শা-ষণনচিংবা অতোনবা জীবশিংসি নুংশিবতা নত্তনা য়াম্না লুনসু তৌই। করিগীসু তৌরোই। মীওইবা ঐখোয়গুম মশাদা ফাওরকপা ইহুল অমত্তসু মচিনথোক্লা ফোঙদোকপসু ঙমজদবা অসুক নুংশিনা, অসুক তোন্না হিংজরিবা অতোনবা জীবশিং অসিদা মীওইবা ঐখোয়না করিগী তাথীরুনি, করিগীদমক মীরাইরুগনি। মীওইবা ঐখোয়গী হরাও নুংঙাইবা মীকূপ খুদিং মখোয়গীনা অরোইবা য়াহিপ তানহল্লিবা, সংসার অসিদগী শেৎতুনা হিংবগী হক মৎপীরিবা অসিবু চুন্লিদরা? মরম অদুনা অতোনবা জীবশিংবু নুংশিসি হায়বা ৱাফম পুম্নমক্কী মফমদা থমজরি।

অদোমগী - থৌদাম রাজো, কোন্থা খাবম ময়ায় লৈকায়, ইম্ফাল ইষ্ট

হুইয়েন লানপাউ লিটরেরি ক্যুইজ-৮

১) মণিপুরী সাহিত্যদা মশেক মঙাল নাইরিবা অইবা অমনা 'ফাগি ঙাইহাক নোক্লবা পোথানবা অয়াংবা মচল ওইবতা নত্তে অচুম্বা অমদি অশেংবা ফোঙদোক্লবা হক্লবা খূৎলায় অমসুনি' হায়রম্মী। অইবদু কনানো অমসুং মানা হায়রম্মীবসি (য়াওফম) কদাইদনো?

২) দি ফ্লেমিং স্বোর্দ ফোরএবর অনশিদেদ হায়না অহানবা ওইনা ফোঙখিবা লাইরিক অসি মণিপুরীদা করি মমিং কৌদুনা কনানা হন্দোকপগে অমদি করম্বা মখলগী লাইরিকনো?

৩) অহানবা ওইনা মণিপুরগী মরমদা মণিপুরীদা (বঙ্গালি ময়েক্তা) ইবা লাইরিকসি করিনি হায়না লৌনবগে, অমসুং করম্বা চহীদা ফোঙবনো?

৪) মণিপুরী ৱারীমচাগী লাইরিক করম্বা চহীদা অহানবা ওইনা পুথোরকপগে? অইবনা কনানো?

৫) "সুন তরঙগী মথক্তা/মৈরাগী মশক কুমনা/ঙান্নশানা লৈরিবী নঙবু/পায়মা ঐনা নুংচঙবী/তিল্লাং খোয়দাবীবু থোকলরে,/পেন্মা নঙবু কনানো?" য়াম্না শীংথানরিবা শৈরেং অমদগী লৌথোরকপা মতেকনি। করি শৈরেংদগীনো?

মথক্তা পীরিবা ৱাহংশিং অসিগী পাউখুম দিসেম্বর ৩০, য়ূমশকৈশা নুমিৎকী অয়ূক পুং ১১ ফাওবগী মনুংদা পাউচে অসিগী ওফিসতা নৎত্রগা ঈ-মেল **hueiyenliteraryquiz@gmail.com** সিদা মেল ওইনা থাবীরকপা য়াগনি। পাউখুম পীবিরকপা/থাবীরকপা মতমদা মিং, লৈফম, মহৈগী থাক অমসুং কন্টেক্ট নম্বর ময়েক শেংনা ইবিরকউ। ৱাহং খুদিংমক্কী পাউখুম চুম্না নৎত্রগা মশীং য়াম্না চুম্না পীবিরকপা মীওইশিং অদুদগী দ্রো ওৎচরগা লাইবক ফবা মীশক অমা খনজগনি। লোয়ননা খল্লবা মীশক অদুদা মনা পীজগনি।

লৌমীশিংগী কাখল

নিংথম পাম্বীশিংদা মচীঙ্গাক ৱাৎপগী লায়ওং লেপথোকপা

ডো. এম থোইথোই সিংহ

নিংথম পাম্বীশিংদা মচীঙ্গাক ৱাৎপগী লায়ওং কয়া মনাগী শক্তম অমসুং মচুনা নৎত্রগা মহৈগী শক্তমনসু ফোঙদোকই। উৎলিবা লায়ওংদুদগী পাম্বীদুদা করি ৱাৎলি হায়বদু লেপথোকপা য়াই। মনাগী অরি-অনৌ খেন্নবগী মতুং ইন্না অৱাৎপা মচীঙ্গাক্কী লায়ওং উৎফম খেন্নে। পাম্বীগী শরুক অমদগী অতোপ্পা শরুক অমদা পুথোক-পুশিন লেংথোক লেংশীন তৌবগী চাং খ্বাইদগী নেম্বা কেলসিয়ম অমসুং বোরোন ৱাৎপগী লায়ওং উৎফমসি পাম্বীগী ময়োন অমসুং মহৈদা ওই।

পাম্বীদা কেলসিয়ম ৱাৎলবদি ময়োন ওইনা লৈরিবা মনাগী মতোন থংবা শরুক্তগী ঙৌথোরকপা থেংনগনি। অদুমকপু মখোকলোম থংবা শরুক্তুদি শংনা লৈগনি। য়াম্না নৌরিবা মনাদুমক্কী শরুক অহুম থোকপগী মতোন্থংবা শরুক অমখক্তু মচু মাঙখিগনি লোয়ননা কোন্থরক্কনি, পায়বদা কেমগনি। কেলসিয়ম ৱাৎপগী চাং ৱাংখৎলক্লবদি পাম্বীগী মতোন্থংবা শরুক্তুমক শিগনি, কংশিল্লক্কনি। বোরোন ৱাৎপা ওইরগনা ময়োন ওইনা লৈরিবা মপুঙ ফাদ্রিবা মনাগী মখোকলোমথংবা শরুক্তা নাপু মচু চঙলকপা অমসুং ঙৌথোরকপা থেংনগনি। করিগুম্বদা মনাদুমক শাংদোকখিদুনা চপশাং শাংনা উবসু য়াওই। অসুম্না পাম্বীগী ময়োনদা উৎলিবা লায়ওংশিং মুন্না য়েংবীরগা কেলসিয়ম ৱাৎলিব্রা নৎত্রগা বোরোন ৱাৎলিব্রা হায়বদু খঙদোকপীবা চংই।

পাম্বীদা কেলসিয়মগী চাং ৱাংনা য়াওই। কংলবা পাম্বীগী শরুকশিংগী চাদা ০.২ দগী অমা ফাওবদি কেলসিয়মনি। য়াওফম থোকপা চাংদগী হন্থখ্রবদি কেলসিয়ম ৱাৎপগী লায়ওং উৎলকই। পাম্বী মখল খেন্নবগী মতুং ইন্না কেলসিয়ম ৱাৎপগী লায়ওংশিং খেন্নে।

খামেন অশিনবা ঃ খামেন অশিনবদা কেলসিয়ম ৱাৎলবদি মতোনলোমথংবা মনাশিং কংশিল্লকই। পাল্লিবা খামেনগী মতোন্থংবা শরুক নৎত্রগা মখোকলোমথংবা শরুক্তা কোরোক-কোরোক কোয়না মুশিন মুনা খামদেকপা অমসুং কুত্তক তৌনা লৈগনি। খামেন অশিনবদা কেলসিয়ম ৱাৎপগী লায়নাবু কোকফাই লায়নানি খন্দুনা কোকফাই হীদাক কয়া কাপ্পসু তোয়না থেংনরি। খ্বাইদগী তোয়না থেংনবা লায়নাশিংগী মনুংদা অমনি।

কোবী ঃ কোবী, হঙ্গাম কাঙবুদদি কেলসিয়ম ৱাৎলকপগা ময়োন ওইনা লৈরিবা মনাশিং মচু ওল্লকপা অমসুং কোন্থরকপা থেঙনগনি। ময়োন্দু শিথরকই। নৌরিবা পাম্বীশিংদা ওইরগদি অয়াম্বা মনাশিংগী অশংবা মচু মাঙথরকই।

গাজর ঃ গাজর শালগোমগুম্বা পাম্বীশিংদদি নৌরিবা মনাশিং কংশিল্লকপদা নৎতনা মনাগী মখোক্তুমক কংশিল্লক্তুনা তুথরকই।

আলু ঃ আলুগী মতোন্থংবা মনাশিং পীকই। মনাগী মতাইথংবা শরুকশিংগী অশংবা মচু মাঙথরকই। য়ুংনা কেনশিল্লকই। ময়ায় থংবা অচৈবা মশিং তম্না কেনশিল্লকই। আলু তবগী চাং য়াম্না হন্থে। আলু পাম্বীদা মখল কয়াগী মচীঙ্গাক ৱাৎলকপদা পোত্থোক য়াম্না হন্থে। অদুবু কেলসিয়ম ৱাৎলক্লবদি পোত্থোক্কী চাং অমুক্কা হেন্না হন্থে।

মচীঙ্গাক		চাংচত্তা আলু অমগী অরুম্বা(গ্রাম)
মচীঙ্গাক শুরবা লৈবাক	-	৬০.১
নাইট্রোজেন হাপ্পুবা/য়াওদবা	-	২৬.৮
ফোসফোরস য়াওদবা/হাপ্পুবা	-	৩০.৮
পোটাস য়াওদবা/হাপ্পুবা	-	১৬.৯
মেগনিসিয়ম য়াওদবা/হাপ্পুবা	-	১৫.৬
কেলসিয়ম য়াওদবা/হাপ্পুবা	-	২.৪

কেলসিয়ম ৱাৎলবা আলুগী পোত্থোক হন্থবনা মতম মতমগী লায়ওংশিং চেকশিন্না য়েংশিনবা চংই।

চুজাক ঃ চুজাক, ফৌগুম্বা সিরিয়েলশিংদদি পাম্বীগী ময়োন ওইনা লৈরিবা অমসুং মনাশিংগী ময়োনশিং মপুং ফানা থিনগৎপা ঙমদে।

কোলি হৱাই ঃ কোলি হৱাই অমসুং মঙ্গলগুম্বা পাম্বীশিংদদি মনাগী মতাই থংবা শরুকশিং ইপৎ পথুনা লৈগনি অমসুং মনাগী মচু তাইফেৎ তাইনা লৈগনি। মতোনলোমথংবা মউগী শরুক্তু লেকথদুনা লৈগনি। হায়রিবা হৱাইদুগী মরুশিংদু মপুঙ ফানা চাউখৎতে। চাউবা হেন্দে।

পাম্বী শরুক অমদগী অতোপ্পা শরুক অমদা ইরায় লায়না পুথোক পুশিন তৌবা ঙমদবা কেলসিয়ম অমসুং বোরোনগুম্বা পাম্বীগী মচীঙ্গাকশিংদা নৎতনা অতৈ অতোপ্পা চাং নেম্না দরকার ওইবা মচীঙ্গাকশিং অসিদি ঈশিংদা তুমহল্লগা স্প্রেয়রগী মতেংনা কাপ্পসিনা পাম্বীশিংদা হেন্না লায়না ফংহল্লি। অদুমকপু ঙসিদি কেলসিয়মগীদমক কেলসিয়ম নাইত্রেট অমসুং বোরোনগীদমক নাইট্রো বোরেক্স ওইনা শীজিন্নরকপদগী পাম্বীশিংনা মচল অনী অসিবু ফংবদা লায়হল্লে। ●

ওর্গানিক ফার্মিংলোমদা মায় পাক্লা ওনশিনবদা কান্নবা মচাক খরা অমদি অচুম্বা খোঙথাং

- এস সুমঙ্গল -

হৌজিক্কী মতমদা ওইরক্লিবা অকোয়বগী ফীভম, হোংলক্লিবা ঈশিং নুংশিৎ, অঈং-অশাগী ফীভম, মসিনা মালেমসিদা হিংলিবা মীওইবা অমদি অতৈ থৱায় পানবশিংদা পীরক্লিবা অৱাবা চৈথেং (লায়না কয়া) অসি মিৎমাঙদা উরবা ঙাক্তনি। ওইরক্লিবা ফীভমশিং অসি লৌউ-শিংউবদা অশোয়বখক্তনা ওইহনবদি নত্তে। অতোপ্পা মরম কয়া অমসু লৈরিবনি। অদুমকপু মীওইবা অমদি মীওইবদা কান্নবা পীরিবা ঐখোয়না লোয়রিবা শা-উচেক খুদিংমক্না মশা-মউ ফংনা লৈবা হায়বসিদা অফবা চিঙাক (মচল শুবা অমদি হু চেন্দবা) চাবা হায়বসিমদি য়াম্নমক মরু ওইবা মচাক অমা ওই। মরম অসিনা হৌজিক্কী মতমদা অয়াম্বা অখণ্ড অহৈশিংনা হু চেন্দবা চিঙাক পুথোক্লবা, মালেমগী পাম্বীশিং মরু ওইনা চিঙাক পাম্বীশিংবু খূৎশেমগী হার অমদি তীলহাৎ হীদাকশিং শীজিন্নদনা মশা মউ ফংনা মচল শুবা মওংদা পুথোক্লবগা লোয়ননা মালেমগী অকোয়বগী ফীভমদসু অকায়বা থোকহনদনা তুং কোয়না চৎনবা য়াবা লৌবুকশিং ওইহৌনবা হায়দুনা ওর্গানিক ফার্মিংলোমদা মায় ওনশিন্নরক্লি। ওর্গানিক ফার্মিং হায়বসিনা লৈবাক লৈশাদা হিংজবা কান্নরবা হিংকুপশিং অমদি তিল্লেকনচিংবা অতৈ কান্নরবা তীল কাং কয়া অমা মহৌশাগী ওইবা মওংদা য়োকখৎলি। মখোয়না হাপ্লিবা ওর্গানিক মেন্যুরশিং অমদি হৌরিবা নাপি-শিংনা অমদি থারিবা পাম্বীশিংগী লেমহৌখাকশিংবু অহন্দুনা পাম্বীগী মচিঙাক ওইনা পীবদা অচৈবা মতেং পাংলিবনি। অসিদসু নত্তনা হায়রিবা থৱায় পানবশিং অসিনা শিরবা মতুংদসু লৈহাও কাহল্লিবনি। অসুম্না লৌফম অদুবু তুং কোয়না শীজিন্নবা য়াহনগদৌরিবনি। হায়বদি পঙ্গরিবা থৱায় পানবশিং অসি লৈহাওদা মরাং কায়হনবা হায়বসি লৈবাক লৈশা ফঙাৎহনবা অমসুং লৈহাও চেলহনবদা মথৌ তই হায়বনি।

মমাঙঙৈ খূৎশেমগী পোৎলমশিং পুথোক্ত্রিঙৈ মতমদদি মহৌশাগী ওইবা পোৎলমশিংখক্তনা অদুমক লৌউ পোত্থোকশিং পুথোকপদা অৱাবা মায়োক্লরমদে হায়বা য়াই। হৌজিক্তি চাথোক লৈবা লৌউ পাম্বী মখল কয়া অমা পুথোরকপদগী মখোয়বু চাথোক লৈনা পুথোক্লবা খূৎশেমগী পোৎলম কয়া অমা তঙাইফন্দনা শীজিন্নবা তারকখি। অসুম্না শীজিন্নরুবা পোৎলমশিং অসি পাক হেক খঙথা থাদোকপা য়াদবা মতাং অমা হায়বদু অয়াম্বা ওর্গানিক ফার্মিং পায়খৎনীংবা ঈচিন-ইনাওশিংনা মখোয়গী লৌফমশিংদা থেংনরি। মতাং অসিদা করম্না লৌফম অমবু ওর্গানিক ফার্মিংলোমদা পুরক্কদগে হায়বদু খরা নৈনদুনা য়েংবা য়াই।

ওর্গানিক ফার্মিং তৌবদা য়াম্নমক মরু ওইরিবা ৱাফম অমদি লৈবাক লৈহাও হায়বসিনি। মসিবু ৱাৎলবদি ওর্গানিক ফার্মিং মায়থীগদৌরিবনি। অতোপ্পা অমনা লায়না তীলনা তাহন্দবা হায়বসিনি। অনী অসি ফংনবগীদমক অতোপ্পা মফমশিংদা তোঙান তোঙানবা থৌরাং কয়া শীজিন্নরি।

মহৌশাগী ওইবা গ্রোথ প্রোমোটর : ইন্দিয়াগী অতোপ্পা মফম কয়াদা তোঙান তোঙানবা পাম্বীগী শাহৌ ফংনবা অমদি লৈবাক লৈহাও কানবা পোৎলম কয়া শেমদুনা শীজিন্নরি। খুদম ওইনা পঞ্চগভ্যা, আম্রিট পানি, থেমোর, ঙাগী এমিনো এসিদ অসিনচিংবা। মখোয়শিং অসি মরু ওইনা অহাঙবা অতিয়া, মালেম লৈমায় (লৈবাক), পাম্বী অমসুং ষণদগী শেম শাবা পোৎলমশিং ওইনা তৌই। লোয়ননা মখোয়গী অপূনবা পাঙ্গলবু শীজিন্নবা মওংনি। মসি শীজিন্নববু বাইও দাইনামিক ফার্মিং হায়নসু কৌই। মথক্কী পোৎলমশিং অসি শেম শাবা অমদি শীজিন্নবগী মওং খরা য়েংসি।

রিশি ক্রিশি : থৌওং অসিদা পায়খৎলিবা থবক অনী লৈ - (১) **অঙগরা** - লৈবাক লৈহাও কানবা অনৌবা (লৌউবদা শীজিন্নদ্রিবা) খোঙ্গনাং বোট মখোঙগী লৈবাক কিলো ১৫ একর অমগী লৌফমদা চাইথোক্তুনা হাপ্পা। ৱাখল্লোন্দি হিংকুপ অমদি তিল্লেক হাপচিন্দুনা লৈবাক লৈহাও কানবনি।

২) **অম্রিট পানি** - মসিগী ৱাখল্লোন্দি ষ্টার্টর দোজ (হৌদোক্লবা হাপ্পা) হায়বদুগী ৱাখল্লোননি। মসিদা শীজিন্নবা মচাকশিংদি মফম মফমগী ওইনা খেন্নে।

মসিগী মচাকশিংদি ষণয়ুং - লিটর ১, ষন্থি - কিলো ১, চিনি অঙাংবা - গ্রাম ২৫০, ঈশিং লিটর ১০নি।

শেম্বগী মওং : ঈশিং লিটর ১০দা ষন্থি অদু থিৎকনি। মসিদা ষণয়ুং হৈজিনগনি। চিনি হাপচিনগনি। নিংথিনা ওৎকনি। মখুম নিংথিনা খুমদুনা নোংমা থমগনি। মসিনা মাদর সোলুসননি।

শীজিন্নবগী মওং : মথক্কী মহি অসি লিটর ১ ঈশিং লিটর ১০গা য়ান্নরগা পাম্বীগী মনাদা কাপ্পা য়ারে। নৎত্রগা একর ১গীদমক ঈশিং চনবদা অসুম্না শেম্লবা মাদর মহি অদু লিটর ২০-৩০ একর অমগী ঈশিং চনবদা শীজিন্নবা য়ারে।

কান্নবা : মনাদা কাপ্পনা তীল তবদগী ঙাকথোকপা অমসুং নাইট্রোজেন পীবদা কান্নে।

পঞ্চগভ্যা : মচাক : ১) ষন্থি - কিলো ৫ (২) অশিনবা শঙ্গোম অফম্বা (কয়া ফৎত্রবা) - লিটর ২ (৩) শঙ্গোম - লিটর ২ (৪) ঘী - লিটর ২ (৫) চিনি অঙাংবা - কিলো ১ (৬) য়ুবি অনৌবা - ৫-৬ (৭) লফোই - ০-১২ (৮) ঈশিং - লিটর ৫।

শেম্বগী মওং :- ষন্থিগা ঘীগা য়ানশিন্নরগা প্লাষ্টিক বালটিন অমদা নুমিৎ ৪নি থমগনি। ৪নি শুবদা ষণয়ুং লিটর ৫ অমদি মথক্তা পনখিবা পোৎলমশিংনা য়ুবি অনৌবা মহি লিটর ১গা লোয়ননা ঈশিং লিটর ৫ হৈজিন্দুনা নিংথিনা ওৎখাইগনি। নুমিৎ খুদিংগী অনীরক ওক্তুনা নুমিৎ ৫নি চুপ্পা থমগনি। মসি থা ৬ ফাওবা থম্বা য়াই। য়াম্না নঙমল্লবদি ঈশিং খরা হৈজিনবা য়াই। মতম শাংনা থল্লীবমখৈ কান্নবা হেল্লি।

শীজিন্নবগী মওং :- মহি অসি লিটর ১ ঈশিং লিটর ১০দা য়াল্লগা পাম্বীগী মনাদা কাপ্পা য়ারে নৎত্রগা লিটর ৫-১০ একর ১গী লৌফম ঈশিং চানবদা শীজিন্নবা য়ারে।

কান্নবা : পাম্বী মশা ফংহল্লি। মাইক্রো ন্যুত্রিএন্ট ফংহল্লি, তীলনা ঙাকথোকই লোয়ননা পাম্বীনা লায়না ঙাকথোকপগী পাঙ্গল হেনগৎহল্লি।

থেমোর মহী : মচাক : ১) য়ুবী - ১০ (২) শঙ্গোম অফম্বা মহি - লিটর ৫।

শেম্বগী মওং : য়ুবি মহি লৌবীরনি, মপংশিংদুনা তকখায়বিরনি, মপংদু ঈশিংগা য়ান্নদুনা থিৎলনি, য়ুবি মহি হৈজিল্লনি, ঈশিং হৈজিন্দুনা লিটর ৫ ফানবা শেল্লনি। অসুম্না শেল্লবা মহিদুগা শঙ্গোম অফম্বা মহি লিটর ৫গা য়ানশিন্নদুনা চুফ্নী পাত্র অমদা নুমিৎ ৭-১০নি থমগনি।

শীজিন্নবগী মওং : মহি অসিগী লিটর ১গা ঈশিং লিটর ১০গা য়ান্নদুনা পাম্বীগী মনাদা কাপ্পা য়ারে।

কান্নবা : ১) পাম্বী হোম হোম চাওহল্লি। (২) লায়না তীলনা ঙাকথোকই (৩) কোকফাই লায়না ঙাকথোকই (৪) পাম্বীনা মপান শাবা মতমদা কাপ্পলবদি মপান শাবা হেলহল্লি। (৫) মহৈগী মগুন হেনগৎহল্লি।

অতৈ অতোপ্পা কয়ামসু লৈরি। য়াম্নদি ঙকনা উবা অদুবু পায়খৎকে খনবা ইচিন ইনাওশিংগীদমক্তি য়াম্না কান্নরবা পোৎলম ঙাক্তনি হায়না থমজনীংই।

লায়না তীলনা ঙাকথোক্লবা পোৎলম (হিংকুপশিং, পাম্বী মখলশিং) কয়া অমসু মশক খঙদোক্তুনা মখোয়দগী হীদাক লাংথক কয়া অমা শুংদুনা পুথোক্লে, মণিপুরদসু অসিগুম্বা হীদাকশিং পুথোকপা হৌরে। কম্পোষ্ট শেম্বদা মতেং পাংবা হিংকুপ কয়া অমসু মশক খঙদোক্তুনা কম্পোষ্ট য়াম্না অমদি মতম চঙদনা শেম্নবা হিংকুপকী হীদাক কয়া অমসু লৈরে।

হায়রিবশিং অসি শেমদুনা শীজিন্নরগা ওর্গানিক ফার্মিং হেক্তা পায়খৎপা য়ারদ্রা? মদুদি নত্তে। লাইবক ফবা অমনা ঐখোয়গী লমদম মণিপুর অসি অমোৎপা য়াম্না পুথোকপা ফেক্টরি, ইন্দষ্ট্রিনচিংবা কয়া লৈতবনা লৈবাক লৈহাওবু য়াম্নমক শীজিন্নবা য়াদবমখৈ হু চেনবা লৈহাও হায়বদুমক্তি ওইদ্রি হায়বা য়াই। চিংগী লমশিংসু অয়াম্বনা ওর্গানিক বাই দিফোল্ট হায়দনা মহৌশানা ওর্গানিক ওইরি হায়নরি। অসিগুম্বা ফীভমদা লৈরিঙৈ অসিদগী হৌনা ওর্গানিক্কী ঈহৌ শাগৎতুনা পুকচেল শেংনা চঙশিনহৌবগী তঙাইফন্দবা মতমনি ঐখোয়গী লমদমদা ওইরিবসি।

তশেংনমক ওর্গানিক ফার্মিংলোমদা ওনশিনগে হায়রগদি ইশা-ইশামক ওর্গানিক্কী ৱাখল চেনবা তাই। ইশাগী লৌফমদগী থোক্লিবা পোৎলমশিংনা ওন্থাং ওনশিন তৌদুনা ওর্গানিক ফার্মিংদা চঙগদবা মচাকশিং ইশাগী লৌফমদগী পুথোকচনবা হোৎনবা অমা মথৌ তারকই। মরম অসিননি ওর্গানিক ফার্মিংলোমদা মায় ওনশিনগে হায়রগদি, শা-ষণগা লোয়ননা ইন্টিগ্রেটেদ ফার্মিংনা হান্না হৌবা মথৌ তই হায়নরিবসি। নত্তুনা পাম্বীগী মচিঙাক পীবদা চঙগদবা পোৎলমশিং খুদম ওইনা কম্পোষ্ট ভরমিকম্পোষ্ট, ষন্থি ষণয়ুংগী হার খুদিংমক লৈদুনা শীজিন্নরগা ওর্গানিক ফার্মিং শেন্দোং লৈনা পায়খৎপা ওইথোক্তে। ●

লৈবাক লৈহাও চাংয়েং তৌনবা করম্না লৈবাক লৌগনি

ডো. ৱাইখোম জিতেন

অহিংবা জীব খুদিংমক্না হিংদুনা লৈনবা হোৎনবদা চিঙাক হায়বসি তঙাইফন্দনা চঙদবা য়াদ্রবা পোৎলম অমনি। অসুম্না ঐখোয়না থাগদৌরিবা মহৈ-মরোংশিং অসিদা মতিক চাবা চাথোক ফংনবগীদমক করম করম্বা মখলগী অমদি কয়া য়াম্বা চাংদা পাম্বীগী মচিঙাকশিং পীগদগে হায়বসি লৌফম অদুগী লৈবাক লৈহাও চাংয়েং তৌথোক্তুনা হায়বা লুই। অমরোমদা অমুক চাওখ্রবা ঐখোয়গী লৌফম অদুগী লৈবাকশিং অদুগী মহুৎ শিনগদৌরিবা লৈবাক খরা অদু লৌবদা য়াম্না চেকশিনবীগদবনি। মরমদি লৈবাক লৌবদা কাঙলোন লাল্লবদি ঐখোয়না ফংগদৌরিবা ফল অদু চুমলোইদৌরিবনি অমদি হোৎনরিবা অদুগী মহয় ফংলোইদৌরিবনি।

লৈবাক লৌনবা মফম খনবা : ঐখোয়না চাংয়েং তৌনবগীদমক লৈবাক লৌগদৌরিবা মফমশিং অদু য়ারিবমখৈ লৈতেম মান্নবা, মচু মান্নবা, মমাঙদা থাখিবা মহৈ-মরোংগী মখল মান্নবা অমদি মান্নবা লৌউ কাঙলোন পায়খৎখিবা মফম ওইগদবনি। হায়রিবশিং অসি মান্নদ্রবদি ইশাগী লৌফম ওইরবসু তোঙান-তোঙানবা মমিং থাদুনা লৈবাক লৌবীগনি। মথক্তা পঙ্গখ্রিবা মওংশিং অসি মান্নরবদি লৌ পরি ২ ফাওবা চাওবা লৌফমগী মফম ১৫-২০দগী লৈবাক খরা খরা লৌবীরগা ইকুই কুইদনা হার হাপখিবা মফমশিং, লৌরি অমদি লৌরিগা নক্লবা মফম, ঈশিং খোংগা নক্লবা মফম, চোৎ চোৎলাওদুনা লৈবা মফম, উজাওশিংগী মখোঙ, ষন্থি-ষণয়ুং পৈথিবা মফম অমদি লৌফম অদুগী ওইরিবা ফীভমদগী তোঙান তাবা অমদি ঈশিং কোম্নচিংবা লৈবা মফমদগী লৈবাক লৌবীরোইদবনি। ইশাগী লৌফমগী অকোয়বদা ঈশিং খোং/ঈশিং কোম, উজাও অমদি লৌরিদগী য়ামদ্রবদা ফিট ১০ ফাওবগী চাং হন্দোকপীরগা লৈবাক লৌবীগদবনি।

লৈবাক লৌবদা লুগদবা চাং :-

মহৈ-মরোংগী মখল	লুগদবা চাং (সেন্টিমিটর)
১) নাপী হৌগদবা মফম	৫
২) ফৌ গেহু, চুজাক, লৈবাক হৱাই অমদি মরা থেন্না চৎপা অমদি অতেনবা মতমদা লোক্কদবা মহৈ-মরোং	১৫
৩) চু, লফু, উ মঙ্গ্রা, মায়রোংবি অমদি মতম খরা শাংবগা লোয়ননা মরা লুনা তাবা মহৈ-মরোংশিং	২২
৪) উ, কমলা, চমপ্রা অমদি মতম শাংনা লৌফমদা লৈগদবা পাম্বীশিং	০-৩০, ৩০-৬০, ৬০-৯০ লুনা তোঙান-তোঙান্না অহুম থোক্লা লৌগনি।

লৈবাক লৌবদা শীজিন্নগদবা খূৎলায় : য়োৎপাক, কর্নেল, নূংথঙ, সেন্টিমিটর ১৫ শাংবা, লাওবা মান্নবা ৱাগী উতোং নৎত্রগা লেপলৈ মওং মানবা মরৈনা সেন্টিমিটর ১৫ শাংবা (Soil auger) খূৎলায়, ফীগী খাও/প্লাষ্টিক্কী খাও, লৈবাক হাপ্পা য়াবা প্লাষ্টিক্কী পাত্র, য়োৎকী খূৎলায় ওইরবদি কোৎহুিং কাদবা শীজিন্নবীগনি।

লৈবাক লৌবগী মতম : লৈবাক লৌগদৌরিবা মফম অদু মমাঙগী থারম্বা পাম্বীশিং লোকখ্রবা মতুং অদুগা লৌফম অদুদি খোইদোকত্রিঙৈগী মতমদা লৈবাক লৌবীগনি। লৈবাক লৌবগী খ্বাইদগী ফবা মতম অসি নিংথমথাগী মতম নৎত্রগা কুমগী নোং লাক্ত্রিঙৈ মমাঙদা লৌবীবনা খ্বাইদগী ফৈ।

লৈবাক লৌবগী মওং : লৌফম অদুগী লৈবাক অদু ৱাগী উতোংশিং য়ৈশিনবদা ইরায় লায়না চঙগদবা ওইরবদি লাওবা মান্নবা সেন্টিমিটর ১৫ শাংবা উতোং ১০-১৫ লৌবীরগা লৈবাক লৌবীগনি। লৈবাক লৌবদা শীজিন্নগদবা উতোংশিং অদু লৌফম অদুগী তোঙান তোঙানবা মফমশিংদা থুম্না য়ৈশিনবীগনি। অসুম্না য়ৈশিনখ্রবা উতোংশিং য়োৎপাক অমগী মতেংনা লৌথোকপীরগা উতোং অদুগী মনুংদা য়াওবা লৈবাকশিং অদু লৌবীগদবনি। করিগুম্বা লৈবাক অদু কনবনা মরম ওইদুনা উতোং য়ৈশিনবা ঙমলোইদবা ওইরবদি য়োৎপাক অমদি কর্নেলগী মতেংনা লৈবাক লৌবীগনি। লৈবাক লৌগদৌরিবা মফম অদুদা হৌবা নাপি অমদি ফত্ত-হৌদিশিং অদু য়োৎপাক অমগী মতেংনা লৌথোকপীগনি। অদুগা মফম অদুদা ভি মওং মান্না সেন্টিমিটর ১৫ লুনা য়োৎপাক্লা লৌথোকপীগনি। ভি মওংদা লৈরিবা লৈবাক অদুগী মায়কৈ অমদগী সেন্টিমিটর ১-২ থাবা লৈবাক মথক অমদি মখা মান্ননা লৌবীরগা অফবা চেখাও অমদা হাপচিনবীগনি। অসুম্না লৌফম অদুগী মফম য়ামদ্রবদা ১০দগী তাদনা লৌবীনবা হোৎনগদবনি। মফম য়াম্না লৌরিবা মখৈ চাংয়েংগী ফল চুম্বা হেল্লি।

লৈবাক কংহনবা : চাংয়েং তৌনবগী লৌরবা লৈবাক অদু অফবা চে অমদা শন্দোকপীরগা নুংশা ফংদবা মফম অমদা কংহনবীগনি। অসুম্না কংহল্লবা লৈবাক অদু প্লাষ্টিক, ষ্টেনলেস ষ্টীল নৎত্রগা উগী তকখায়বা য়াবা খূৎলায়শিং শীজিন্নদুনা তকখায়বীগনি। করিগুম্বা লৈবাক অদু য়াম্না তারবদি লৈকুপ অদু মকোয় মান্ননা শেন্বীরগা মান্নবা শরুক মরি থোকপীগনি। অসুম্না খায়দোকপীরবা শরুক মরি অদুগী মমায় ওনশিন্নবা শরুক অনী লৌবীরগা অহেনবা গ্রাম ৫০০গুম্বগী চাংদমক লৈবাক লৌবীগনি।

থাবীগদবা ৱারোল : নিংথিনা লৌবিরবা লৈবাক অদু অফবা পোলিথিন নৎত্রগা ফিগী খাও অমদা হাপ্পীরবা মতুংদা লৌমীদুগী মীং, লৈফম, লৌফমগী মমিং, লৈবাক লৌবগী নুমিৎ, লৌমী অদুগী অধার নম্বর, ফোন নম্বর, লৌফম অদুদা হান্না থাখিবা মহৈ-মরোং, তুংদা থাবীগদবা মহৈ-মরোং অমদি লৌফম অদুগী জি পি এসনচিংবা য়াওরবা চে অদু অতোপ্পা পোলিথিন অমদা য়োমশিনবীরগা চাংয়েং তৌনবগীদমক মনাক নকপা এগ্রিকলচর ওফিস/কে ভি কে ওফিসশিংদা য়ৌহনবীগদবনি। ●