থম্মোয় পাউদম

ওজা গুনিন্দ্রো! চৎলো, ঈংনা পোখাবীরম্মু

পদ্মকুমারগী সাহিত্যগী কুমহৈগী মনুং চনবা দ্রামা ফেষ্টিবেলদুগী 'জালিয়ানৱালাবাঘ' উৎপা নুমিৎ, এপ্রিল ১৯, ২০১৯, নুমিদাংৱাইরম পুং ৫ তারমদাই, কোরস কমপ্লেক্স চঙফমদা চেনচঙ চঙলুবদা থেংনখি - চবুংবম ওজা গুনিন্দ্রো! কোক ঙাওই হায়দুনা 'যূমজাও লাইরেন্বী'গী কলাকারশিংনা, মকোক্তা ঈশিং চাইদুনা লায়কন্নরম্মী, প্লাষ্টিক তুল অমদা ফল্লগা। 'কৈদৌরগে'? হংলদুনা ঐসু ঙাইহাক লেপ্লম্মী। 'স্কুটর মনীংদা তোংলগা লাকপদুদা কোক ঙাওবজাৎনি' - হায়রকপদুদা ঐসু অদুম মনুং চঙলে। হান্নগুম হামু-হামু, চৈশুনা ঙাক্লৌ ওইরগা চঙলক্কনি খল্লুরে। লীলা হৌরমদাই, ঐগী তুংগী পরেংদুদা যূমজাও লাইরেন্বীগী এক্টর খরা ফল্লিবদু উরকপদা খল্লুই ওজাসু লেঙশিল্লকখ্রমাল্লে। লীলা লোইরগা মরুপ ব্রজমোহন'দা ফোন তৌরুবদা খঙলকখি - 'ওজা গুনিন্দ্রো, রিমস'তা পুখৎলুরে, হৌজিক রাজ মেদিসিটিদা কোক্তা ওপরেসন তৌনবা থৌরাংলি'। হান্নসু ষ্ট্রোক তৌখ্রবা, অনীশুবা বি পি ষ্ট্রোকতবু করিগী কোক্তা সর্জরি! চিংনবদুমক চুল্লকখি। এপ্রিল ২১গী নোংঙাল্লমদাইদা পাউ তারে - নোংয়ায় মতুং পুং ২ তারমদাইদা ওজা তাইবঙপান থাদোকখ্রে। থুক লাউখি। খূৎ থেক্তুনা পাবদা লীকশিল্লক্লবা, মণিপুরী থিয়েটরগী তাঙলবা থৌমী অমসু 'কুমহৈ-ফম্বাক' থাদোক্লম, মপুই লৈকোন পাংখ্রে।

নুমিৎতুদা উখিবদুনা অরোইবনি। অমুক হন্না উররোই। অমুক হন্না লীলাগী ৱারী শাররোই। ওন্থোক্না নীংঙমহৌদে। ঐগুম লীলাদা ঙাওজবা অমা-অশিবগী নিংথৌনা লৌগে লাকপা মীৎকুপ্তুদা, উনা-উনা 'পুখিবা য়ারোই' খান্বা য়াওহৌদবগী। অদুবু, ঙসিদি লাইরমলেন'দা লৈখ্রবা ইমানা অপোকপা ইপা কায়নবদা হায়রমখিবা ৱাহৈসিনা ঐগী পূক্লিংবু থেমজিনখি ... 'মীওইবনা তাইবঙ থাদোক্লমদাই, নক্লবা-চান্নবা কনাদা নীংঙমদবা চৈনা অমা পীরম্বা হায়বসি হৌনশানি'...।

কুমজা ১৯৫২, ওক্টোবর ৩০দা তাইবঙ শকখঙনখিবা, অহল হায়'দু ওইরবসু কুমজা-কুমওন খরদি কোম্না হিংমিন্নবা য়ারিবা চহীনি। শোনজুননা হিংলম্বসু নত্তবা, পামজবা শিনফম অসিদসু মশা খীংনা মথৌ থৌদাং পাঙলিবনি। এপ্রিল ১৫,২০১৯, নিংথৌকাবা নুমিৎ তাইবঙপান থাদোক্কদৌরবা তরুক্লিগী মমাঙদুদসু 'শল্লাংগী থোং লান্দুনা' হায়বা কাঙজম রাধাকুমারগী ৱারীমচাদু দ্রামাগী শক্লোন ওন্থোক্তুনা উৎলম্মী। চানরুবা হায়গদ্রা, মপুই থৌইনশিনবু হায়গদ্রা? মাগী অরোয়বা লীলাসিগী করেক্টর অমবু, মশামক্কী পুন্সিদা পাউখোংগুম্বা ৱাহৈ খরা হায়হল্লম্মী ... 'অশিবগা অহিংবগসি য়াম্না লাপ্পবদি নত্তে, শুপ্নগী পর্দা অমখক্লা খনবজাৎনি, পর্দাদু হেক হাইদোকপদা অদুম লৈরে অশি' লৈপাক'...। মাগা নক্লা লোয়নরিবা কনানবু নীংশিংখিবগে - ৱাহৈদুগা মপুন্সিগা অদুক চুশিন্নরমনি? পর্দাদু হাইদোক্লমদাই মীৎকুপ্তুনি ঐগা থেংনহৌবদুসু। কনানসু তাক্লক্তে। মহাক লৈখ্রে হৌজিক্তি পর্দাদুগী ৱাংমদা। ঐখোয় পূম্বনা ঙাইহৌরি - ঐখোয়গী মাঙদা খল্লিবা শকউদবা য়ুখলদু কৈদৌঙৈ হাইদোরক্কনি?

চবুংবম গুনিন্দ্রো! ঐনা অহানবা খঙলকখিবসি - মণিপুর দ্রামাটিক য়ুনিয়নগী এক্টর অমা ওইননি। মণিপুরগী শক্লাইবা থিয়েটর থৌমী কয়া পুথোক্লকখিবা, ঙসিসু লেপ্তুনা পুথোক্লিবা মণিপুর দ্রামাটিক য়ুনিয়নগী পোখোক অমনি - খাগেম্পল্লি হুইদ্রোম লৈকায়গী চবুংবম ওজা গুনিন্দ্রো। লৈকায়দা তোমথিন ওইখিবা। নক্লা উবা নাতোন শুমাঙ উবা ঙমদে হায়নবগুম থৌরেম-ৱারেমনি খন্নবা, লৈপাক্কীদি মশক ওইবা থিয়েটর কৌবা কলাদুগী গুন কয়ানা লৈতেংবা কলাকার অমা ওইখিবদু কনানসু শিংথাবীরম্লোই লৈকায়দুদা - মশামক্কী পুন্সিবু মশানা শেমজরকখিবা মতাং-তানফম অদুদা। খঙদে খাগেম্পল্লি হুইদ্রোম লৈকায়দি লমদমসিগী অতৈ লৈকায়দই তোঙানবা মচৎ লৈবরা? ঐদি খল্লি - ঐগী ৱাখল লাল্লম্লোই। অদু নৎলমদ্রবদবু 'যূমজাও লাইরেন্বী দ্রামাটিক এন্দ কলচরেল য়ুনিয়ন' - করিগী অদুক থেংনা (২০০৭ খক্তদা) শক-ফোঙলকখিবা? ইশাদা হকথেংনরকখিবা কয়াদুগা মান্নবা কয়া লৈরম্বা। মায়গা-মায়গা ওনশিন্নদুনা ৱারী শাহৌবদই খঙবনি। ওজাগী থোইদোকপা গুন অমনি 'অতোপ্পগী মরমদা নেগেটিভ রিমার্ক (ফত্তবা ৱা) অমত্তা মচিন্দগী ঙাঙথোক্তবা তমজনীংঙাই ওইবা মতৌনি। পাবুং বিহারিগা ঐহাক্না নক্লা লোয়নরিঙৈ মতমদুদা এম দি য়ুগী অয়াম্বা লীলা য়েংহৌখি। মতমদুদা ঐনা উখিবা গুনিন্দ্রো, মখাগী লীলাশিং অসিদনি - ঐবু করিনুংগীনো, পোইলা তারিখ, হিংজরকই মতম্পাকসিদা, মমাদো লৈশাবীদো অঙাওবীদো, মমৌ ইবেম্মা, শুনুগী মহাও, অঙাওবগী থৱায়, লোন-থোক্তবগী ৱারী, কৃষ্ণ অবটার, বীর টিকেন্দ্রজিৎ, ঐনা হেক্তা হায়জিনবা, অমনবা য়ূম, ফিফটি-ফিফটি, ঐ হনখিরোই। মতুংদা খঙহৌদনা চবুংবম গুনিন্দ্রো-এম দি য়ুগী লীলাশিংদা উবা ফংলকখিদে। লীলা তৌবা অমনা থিয়েটর গ্রুপ অমদগী বিদায় লৌবদি ঙম্বা য়াই, লীলাদগী কয়াম কুইনা লাপ্না চেনবা ঙমগনি! ইকুই কুইদনা 'যূমজাও লাইরেন্বী দ্রামাটিক এন্দ কলচরেল য়ুনিয়ন' লীংখৎলকখি। য়ুনিয়ন অসিদগী অনৌবা লাংওন অমগী অহৌবা ওইখি - 'থিয়েটর দাইরেক্টর গুনিন্দ্রো'। লীলা ইবা 'মনি য়ূম্নাম' গা চানবা পোৎপা ওইদুনা মকা ফন্না, মনীং তম্না মতিং ফুদোক্লককখি। করিগী এম দি য়ুগী ফম্বাক থাদোক্লমখিবা... মতাং চাবা তাঞ্জা কয়াদা নাকোয়ননা হংখিবা, নোংমতা চীনবান কাংলমখিদে। মোমোন মীনোক্লা পাউখুমখি, ৱাহৈগী পাউখুম ফংখিদে।

যূমজাও লাইরেন্বী দ্রামাটিক এন্দ কলচরেল য়ুনিয়ন, খাগেম্পল্লি হুইদ্রোম লৈকায়'না লৈকায়দুগী অমসুং অকোয়বগী এরিয়াদা লোত্তুনা লৈরম্বা থিয়েটর - টেলেন্ট কয়া মপান থোক্লা চিংথোরকখি। থোংজু নবা অমদি লাইশ্রম মোইরাংলৈমা - মণিপুর থিয়েটরদা যূমজাও লাইরেন্বী অমদি গুনিন্দ্রো'না পীবা তাঙলবা খুদোল অমনি। ঙসিসু নহা ওইরিবা টেলেন্ট কয়া ত্রেন তৌদুনা থম্বীরম্মী। থিয়েটর দাইরেক্টর অমনা এক্টিং টেলেন্ট পুথোকপদি অমরোমদা অরায়বনি। অনীশুনা পুনবা য়াদে হায়নবা লমসিদা, য়ুনিয়ন অসিবু মায় পাকপা, লিংজেল মান্নবা কলচরেল য়ুনিয়ন অমা ওইহল্লম্বা 'সিমসু তমজনীংঙাই ওইনা মতম কুইনা শোন্নহৌগনি।

দ্রামাটিক য়ুনিয়ন অসিনা থোকপা চেরোল অমগী মতুং ইন্না, লূপ অসি হেক লীংখৎখিবা চহী (২০০৭) দগী মাগী অরোইবা মীৎকুপ ফাওবদা গুনিন্দ্রো'না দিরেক্সন তৌদুনা লীলা ১৬ পুথোক্লম্মী। লাইবক ফবনা, অনীখক নত্তনা, পাউদমজ রিবা ঐহাক পূন্নমক লোইনা য়েংজহৌই। শিংথাবা য়াবা খরনি - হিংমিন্নসি, নুংঙৌগী তেংথাখোল, ঐনা লানবনি, ফিফটি-ফিফটি, ঐ হনখিরোই, ঈজৎকী চৈনা, মায়থীরিবদি ঐনি, নাহেখোল, ঐগী পুন্সি ঐগী লাইবক, মৈতৈষণ, খল্লুদে মীৎকুপ অমত্তা। মরু ওইনা মহাক্কী অরোইবা লীলা - 'শল্লাংগী থোং লান্দুনা'।

এক্টর দিরেক্টর অমা ওইবতা নত্তনা অইবা অমসু ওইখিবা চবুংবম গুনিন্দ্রো! মেনশিনবা ৱারগদবা অহাঙবা অমা থনল্লগা, শল্লাংগী থোং লান্দুনা মপুগী লৈকোলদা চৎখ্রবা মহাক্কী থৱায়না ঈংনা চিক্লা লৈখ্রসনু। ওজা! পোথারো কনাগীসু চিন্তা পোৎলুম পুদনা।

লৌশিং পুক্কে

পুক নোয়বনা লিভর কেন্সর নাহল্লকপা য়াই

কা হেন্না য়ু থকপা অমসুং ভাইরেল হেপাটাইটিস ইনফেক্সন খক্তনা লিভর কেন্সর ওইহল্লকপা নত্তে। পুক নোয়বা (খ্বাঙ চাউবা) হায়বসিসু লায়না অসি ওইহল্লক্লবগী মরুওইবা রিস্ক ফেক্টরনি হায়বা ষ্টদি অমদগী খঙলে।

অমেরিকান কেন্সর সোসাইটিগী রিছার্চর পিটর কেম্পবেলনা হায়খি, খ্বাঙ চাউবা ইঞ্চি ৫ হেনগৎলকপা মতমদা লিভর কেন্সরগী রিস্ক চাদা ৮ হেনগৎলকই। তৌবগীবুদি য়ু কা হেন্না থকপা, ভাইরেল হেপাটাইটিস ইনফেক্সন অমসুং পুক নোয়বা অসিনচিংবা পুন্নমক লিভর কেন্সরগী মরুওইবা রিস্ক ফেক্টর ঙাক্তনি।

লিভর কেন্সর হায়বসি হকচাংগী অরুম্বা অমসুং অনোয়বা হেনবগা লৈনবা লায়না ওইবা মরম্না মীপুম খুদিংমক মশা-মশাগী চহী মতাং অমদি মরেপকী মতুংইন্না হকচাংগী অরুম্বা চপ চানা থম্নবা হোৎনবগী তঙাইফদবা লৈ।

অমেরিকান কেন্সর সোসাইটিনা হায়খি, মালেমদা হৌজিক লিভর কেন্সর নাবগী চাং ৱাংখৎলকপগী মরুওইবা মরমদি হকচাংগী অরুম্বা হেনগৎলকপা অমসুং দাইবেটিসকী কেস হেনগৎলকপননি। ষ্টদিগী শরুক অমা ওইনা রিছার্চরশিংনা মালেমগী তোঙান তোঙানবা মফমদা লৈবা মীওই মিলিয়ন ১.৫৭ কী অৱাংবা, হকচাংগী অরুম্বা, য়ু থকপগী মওং, মৈখু শীজিন্নবা নৎত্রগা শীজিন্নদবগী মওং অমদি অতৈ কেন্সরগী রিস্ক ফেক্টরশিং কুপ্না য়েংশিল্লম্মী। ষ্টদিদা শরুক য়াখিবশিংগী মনুংদা পুক নোয়বা মীওইশিং লিভর কেন্সরগী রিস্ক ৱাংখৎলকই হায়বা রিছার্চরশিংনা ময়েক শেংনা খঙবা ঙমখি।

অমরোমদা, হকচাংগী অরুম্বা হেল্লবদি থম্মোয়গী লায়না ওইহল্লকপা য়াই হায়বসি হান্নদগী খঙনদুনা লাক্লবা ৱাফমনি। অদুবু অনৌবা ষ্টদি অমগী রিপোর্ট মতুংইন্না পুক নোয়বা মীওইশিং মনুং মতম চাদনা হার্ট এটেক তৌরগা শিবা য়াবগী রিস্ক ৱাংনা লৈ হায়রি।

'জর্নেল ওফ দ অমেরিকান কোলেজ ওফ কার্দিওলোজি'দা ফোঙলকপা ষ্টদিগী রিপোর্টনা হায়খি, নুপাগীনা ইঞ্চি ৪০ খ্বাঙ চাউবা অমসুং নুপীগীনা ইঞ্চি ৩৫ খ্বাঙ চাউবা তারবদি হার্ট এটেক নৎত্রগা অতৈ থম্মোয়গী লায়নানা মরম ওইরগা মনুং মতম চাদনা শিবা য়াবগী রিস্ক চাদা ৭০ রোম হেনগৎলকই। খ্বাঙ চাউবগা লোয়ননা বোদি মাস ইন্দেক্স (বি এম আই) ৱাংলবদি অমুক্কা হেন্না খুদোংথীনিংঙাই ওই।

মীওইবদা ভিসরেল অমসুং সবক্যুটেনিয়স হায়দুন ফেট মখল অনী য়াওই। সবক্যুটেনিয়স ফেটতি উনসাগা হেক তাইননা লৈ। অমরোমদা, ভিসরেল ফেটতি লিভর, হার্ট অমসুং মশল য়াওবা মরুওইবা ওর্গানশিংগী অকোয়বদা লৈ। ভিসরেল ফেটনা টাইপ-টু দাইবেটিস, হার্ট দিজিজ, ষ্ট্রোক অমসুং অতৈ ক্রোনিক দিজিজ কয়া ওইহল্লকই। ভিসরেল ফেটকী চাং ৱাংলবদি ব্লদ প্রেসর অমসুং কোলেষ্টরোল ৱাংখৎলকপগা লোয়ননা ভেস্কুলর দিজিজ, এথরোসক্লেরোসিস (ঈ উতোং কনশিল্লকপা) অমদি হার্টকী ৱাল থাগৎলকপনচিংবা খুদোংথীনিংঙাই ওইবা থৌওং কয়া ওইহল্লকই। পুক নোয়বা, খ্বাঙ চাউবা তারবদি দাইবেটিসকী রিস্ক ৱাংখৎলকই।

ভিসরেল ফেট অসি পুক্কী শরুক্তা নম্না লৈ হায়বগীদমক 'বেলি ফেট' হায়নসু খঙনৈ। ময়াং কংবা মীওইসু পুক নোয়বা য়াওই। ভিসরেল ফেট য়াম্না য়াওবদগী পুক নোয়খৎলকপনি। জর্নেল ওফ দ অমেরিকান কোলেজ ওফ কার্দিওলোজিগী রিপোর্ট অমনা হায়খি, ময়াং কংনবা নৎত্রগা মশা নোয়বগী ৱাফম্না তোখায়না থমখ্রগা খ্বাইদগী খুদোংথীনিংঙাই ওইরিবসি পুক নোয়বনি। পুক নোয়রবদি হার্ট দিজিজ য়াওনা তোঙান তোঙানবা লায়না কয়া নারকপা য়াবগী রিস্ক ৱাংই।

নুপাগী ওইনা ইঞ্চি ৩৭ তগী ইঞ্চি ৪০ ফাওবা খ্বাঙ চাউরবদি ওভরৱেথ ওইরে হায়না লৌনৈ। ইঞ্চি ৪০ দগী হেনখ্রগনা ওবেস ওইরে হায়না লৌনৈ। নুপীগী ওইনদি ইঞ্চি ৩১.৫ দগী ইঞ্চি ৩৪.৬ ফাওবা খ্বাঙ চাউরবদি ওভরৱেথ অমসুং ইঞ্চি ৩৪.৬ হেল্লগনা ওবেস ওইরে হায়না লৌই।

মীওইবনা কয়া য়াম্না চাশিনবগে অমসুং ফেট কয়া য়াম্না তুমহনখিবগে হায়বদু ফেট সেলনা থাদোরকপা হোর্মোনশিংগী মখা পোল্লি। হায়রিবা হোর্মোনশিংগী মনুংদা লেপটিনসু অমনি। লেপটিননা অরাম খৌরাংবা পোকহনবগী চাং হন্থহনবগা লোয়ননা ফেট তুমহনবদা মতেং পাংই। ফেটকী শরুক তুমহনখিবা মরম্না হকচাংদা ফেট তুংদুনা লৈহন্দে। চিনিগী শরুক কা হেন্না চারবদি হকচাংদা ইনফ্লেমেসন থোকহনবগা লোয়ননা ফেট সেলশিং শেমগৎলকই। পেকেটতা হাল্লগা য়োল্লিবা অচাপোৎ অমদি সোফ্ট ড্রিঙ্কশিংদা চিনিগী শরুক কা-হেন্না য়াওই। হায়রিবা পোৎলমশিং অসি তোয়না শীজিন্নরবদি হকচাংগী অরুম্বা হেনগৎলকপগা লোয়ননা পুক নোয়থোরকই অমসুং য়ুরিক এসিদ ৱাংখৎলকই।

চাং নাইনা হকচাং শাজেল তৌরবদি ইনফ্লেমেসন থোকহন্দবগা লোয়ননা ভিসরেল ফেটকী শরুক হন্থহল্লি। অদুম ওইনমক হকচাং শাজেল তৌবখক্তনা ফেটকী শরুক হন্থহনগদবা নত্তে। চাবা থকপদা চেকশিনবসু মথৌ তাই। ময়াং কংবা অমদি হকচাংগী অরুম্বা শুদবা মীওইশিংদসু ভিসরেল ফেটকী শরুক য়ামখৎলকপা য়াই। মপান থোংদগী য়েংবদা ময়াং কংবা মাল্লগা অকোয়বদা ভিসরেল ফেট পৈশিল্লকপা য়াওই। খ্বাঙ অমদি পুক্কী শরুক্তা নোয়বা মীওইশিংদা ভিসরেল ফেটকী চাং ৱাংনা য়াওরবনি। মসিনা তোঙান তোঙানবা লায়না ওইহল্লকপগা লোয়ননা খুদোংথীবা থোকহল্লকপা য়াই।

ষ্টদি অমগী রিপোর্টনা হায়খি, হকচাং শাজেল তৌদবা মীওইশিংদি থা ৬ কী মনুংদা ভিসরেল ফেট চাদা ৮.৬ লোম হেনগৎলকই। চাং নাইনা হকচাং শাজেল তৌরগনা সবক্যুটেনিয়স ফেট অমসুং ভিসরেল ফেট চাদা ৭ হন্থখি। ভিসরেল ফেটকী চাং ৱাংখৎলক্লবদি লিভর কেন্সরগী রিস্ক ৱাংখৎলকপা মরম্না মীপুম খুদিংমক চাং নাইনা হকচাং শাজেল তৌবগা লোয়ননা চেকশিন থৌরাং লৌখৎপা মথৌ তাই। অমেরিকান কেন্সর সোসাইটিগী রিপোর্ট অমনা হায়খি, কেন্সর ঙাকথোক্লবগীদমক্তদি হকচাংগী অরুম্বা হন্থহনবদগী পুক অনোয়বা হন্থহনবনা হেন্না মরুওই।

অফবা মীয়াম্না তেংবাংলগা অফবা থবক তৌবদা থিংবা ঙম্লোই : ডা. লারুং অংশিম

ইম্ফাল, এপ্রিল ২৮ (ঐচ এন এস): য়ুনিয়ন পব্লিক সার্ভিস কম্মিসন (য়ু পি এস সী) না লৌবা সিভিল সার্ভিসেস এগজামিনেসন, ২০১৮ দা মণিপুরগী মীওই অহুম খল্লকখিবগী মনুংদা রেঙ্ক ৫১৭ দা মায় পাক্লক্তুনা মণিপুরগী মরিং ফুরুপকী অহানবা আই এ এস ওইরগদবা ডা. লারুং অংশিমবু হরাও তরাম্না ওকপগী থৌরম অমা ঙসি ককচিং দিষ্ট্রিক্টকী ককচিং ফৌসুপাৎ লৈকায়দা লৈবা লাইব্রেরী এন্দ ইনফোর্মেস সেন্টর, ককচিংগী মীপুনশঙদা পাঙথোকখ্রে।

থৌরম অদুদা ডা. লারুং অংশিমনা হায়খি, সিভিল সার্ভিস এগজামিনেসনদা মায় পাক্লকপা অদুদা মহাকপু ককচিংদা হরাও তরাম্না ওকপীরিবা অসি মমাঙদা লৈরম্লবা, হান্না থবক পাংবীরবা সিভিল সার্ভিস এগজামিনেসনদা মায় পাক্তুনা আই এ এস, আই পি এস, আই আর এস অসিনচিংবা ব্যুরোক্রেট ওফিসরশিং ময়াম অদুনা মীয়ামগীদমক তৌবীরম্বা অদু মীয়াম্না থাজবীবা অমসুং মখোয়বু ঈকায়খুম্নবা উৎপগী থৌরম অমনি।

সিভিল সার্ভিস ফাওরগা ব্যুরোক্রেটকী থাক্তা থবক তৌবা হায়বা অসি অরাইবা থবক অমদি নত্তে। ব্যুরোক্রেটকী থবক অসিদি চেলেঞ্জেস ময়াম অমা লৈরমগনি। মরমদি মী অমনা পাম্বা থবক্কা মী অমনা পাম্বা থবক্কা খেন্নবা লৈবনিনা। খুন্নাই অমা চাউখৎহনবা, খুন্নাই অমা অওনবা পুরকপা হায়বা অসি মী অমখক্লা হেক্তমক ঙমগদবা নত্তে। খুন্নাই অমা চাউখৎহনগে, অফবা মাঙলোমদা পুখৎকে হায়রবদি ফম অচৌবা পায়রবসু, পৱার ফনা য়াম্না লৈরবসু, শেল য়াম্না পায়রবসু মী অমনা শেম্বা হায়বসি ওইক্লোইদ্রা হায়না খল্লি। ঙসি ঐখোয়-নখোয়না অফবা চাউখৎপা খুন্নাই অমা পুরকসি হায়রবদি লৈঙাক্কী এজেন্ট ওইরিবা সিভিল সার্ভেন্ট ওইরিবা মীয়াম অসিনা অফবা থবক তৌরকপা মতমদা মীয়াম্না অচৌবা মতেং পাংবীয়ু। চুমদবা, অরানবা থবক তৌরক্লগনা মীয়াম্না চুমথোকপীয়ু। মান্নদবা ৱাখল ময়াম অমা লৈবা অফবা ওফিসর কয়া অমসু অফবা থবক তৌবা ঙমদবা কয়া অমসু লৈরমগনি। অদুগুম্বা ময়াম অদু মীয়াম্না মাঙ থাবীরগা তেংবাংপীয়ু। ঐখোয়না পাল্লিবা অহোংবা চাউখৎপা পুরকপদা য়াম্না ৱানা থোক্কনি। কনাগুম্বা অফ৺া মী অমনা অচুম্বা অফবা থবক তৌগে হায়বা মতমদা য়াম্না হৈথোই শিংথোইবা, অফবা মীয়াম্না তেংবাংবীরগদি তৌনিংলিবা অফবা থবক তৌবদা থিংবা ঙম্লোই হায়নসু ফোঙদোকখি।

সিনিয়র সিটিজন ফোরম, ককচিংনা শীন্দুনা পাঙথোকখিবা থৌরম অদুদা নোংমাইথেম বন্দনা, আই এ এস, জোইন্ট সেক্রেটরি, হেল্থ এন্দ ফেমিলি ৱেলফ্যের, এম রাজকুমার, আই এ এস, এ দি এম, মোরে, এন নিমাই (হান্না মিনিষ্টর ওইরম্বা), প্রসিদেন্ট সিনিয়র সিটিজন্স ফোরম, ককচিং অমসুং পি নিমাই (থবক্তগী পোথারবা জেদ ঈ ও), ভাইস প্রসিদেন্ট, সিনিয়র সিটিজন্স ফোরম, ককচিংনা থৌরম মপুশিং ওইনা শরুক য়াখি হায়রি।

শচিপু ইনাৎ ঙাইখঙ কুম্মৈ লোইশিনখ্রে, লাইরিক ফোঙখ্রে

ইম্ফাল, এপ্রিল ২৮(ঐচ এন এস): লৈবাক্কী ওইবা থৌনি থৌরম ওইরিবা শচিপু ইনাৎ ঙাইখঙ কুম্মৈ ঙসি লোইশিনখিবগা লোয়ননা পন্থৌনা থাবা ৱাহৈশিংদা খোমজিনবা, লোইখিবা হকচাং হায়না মিংথোনবা লাইরিক ফোঙখ্রে।

ইমা লৈশেম ইনাৎ লোয়শঙনা শীন্দুনা থা অসিগী ১৯ দগী চথরকপা শচিপু ইনাৎ ঙাইখঙ কুম্মৈ, কংলৈ লময়েংবা সাপল লমতাইবা, ইরাৎ থৌনি থৌরম ঙসি থালো সিপি লোক্তা ইরাৎ থৌনিগা লোয়ননা লোইশিনখ্রে।

থৌরম অদুদা পন্থৌগী ৱাহৈশিং পাউতাক শিন্থাদা থাবা ৱাহৈশিং খোমজিনবা লোইখিবা হকচাং হায়না মিংথোনবা লাইরিক অমা মণিপুর য়ুনিভর্সিটিগী মণিপুরী দিপার্টমেন্টকী হেদ ওইরম্বা ডা. পোলেম নবচন্দ্রনা ফোঙদুনা মীয়ামদা খুৎশিন্নখি। শজিবু থাদা শেথাবা শৈরেংসু অশৈবা অশৈবী কয়ানা শৈদিন্নখি। থৌরম অদুদা পন্থৌগী পাউজেলদা হায়, লৈবাক অসিদা লৈরিবা মীওইবা ওইরিবশিংনা লাইনিং পরৈ চেৎতুনা তংদু লৈতাবা লমদম ওইমিন্নবা থৌনিসি। ইরমদম অসিদা থোক্লিবা থৌদোক ৱাথোকশিং অসি ঐখোয়গী লাইনিং মশক খঙলক্তবা অমদি চৎনরোল অমদি থকশি-খাশি মাঙশিল্লকপদগী থোক্লকপা ঙাক্তনি।

মীতৈ খুন্নাইগী লাইনিং লাইশোন কয়া অসি লাপথোরকপা কয়াসিনা ইশানা ইশাবু মশক খঙবা ঙল্লক্তে। মাঙথরক্লবা ঐখোয়গী খুন্নাইগী চৎনরোলশিং অমদি লাইনিংলোন কয়া অসি য়োকখৎতুনা হেন্না পাক চাউনা খঙহনবা ঙল্লবা মতমদা মীতৈ খুন্নাইগী মশক লেপকনি। ঐ হায়বসি কনানো, করম্বা ফুরুপকী লাইনিংলোনদা পোক্লকপগে হায়বসি মশক খঙসি। মালেম লৈশেম্বদা লাইনিংনা অহানবা য়ুম্ফম ওইগদবনি। মীনা মীবু নুংশিবা, ইশাগী লাইনিংবু কনবা ঙল্লবদি তংদু লৈতাবা পুরকপা ঙল্লগনি। মীওইবা অহিংবা ঐখোয়গী অহিংবা ওইনা তুংগী মীরোল কয়াগী খল্লগা থবক থৌদাং পাংগদবনি। লাইনিং অমসুং নাৎ কনবা হায়বসি ইরমদম কনবনি।

লাই নিংবনা ইশাবু ঈকায় খুম্নগনি। ইরমদমবু ঈং-তপ্পা পুরকপা ঙমগনি। শচিপু ইনাৎ ঙাইখঙ কুম্মৈগী থৌনি থৌরম অসিনা লমদম অসিদা খুন্দা লৈতাদুনা লৈমিন্নরক্লবা ফুরুপ খুদিংমক নুংঙাই য়াইফবা, শিদ-নাদবা, চাহোং-ঙাহোংবা ওইহল্লসি হায়নসু পাউজেল পীখি।

ইমা লৈশেম ইনাৎ লোয়শঙনা শীন্দুনা থা অসিগী ১৯ দগী চথরকপা শচিপু ইনাৎ ঙাইখঙ কুম্মৈগী মনুংদা থৌরম কয়াসু পাঙথোকখি। নুমীৎ ১০ নি চুপ্না থৌরমশিং চথখি হায়রি।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ২৯।০৪।২০১৯ ইং, নিংথৌকাবা,
শজিবু ২৫নি পানবা।

মেষ : মরুপ-মপাংগী মতেংনা শেল-থুমগী থবক্তা মাই পাকপা অমদি লৈফম অফবা ফংবা লৈগনি। য়েৎনবা লৈবনা ফংবা য়াবা শেল অমদি থবক পনবা লৈগনি-থিজিনবা কল্লু।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক/থোইদিং অমুবা।

বৃষ : নক্লবা মীগী মতেংনা পন্দুনা লৈরুবা থবক পাংবা ঙমগনি। অনৌবা লৌশিং ফংগনি, লৌশিংগী মতেংনা অঙম-অথৌনা লুনা-চান্না তৌবিগনি। য়েৎনবা মরমদা য়ওরুনু ।
লৈশা পাখংশিংগী - মীনা ঙাঙবা থাজগনু-মাঙজগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

মিথুন : পূক্লিংদা চিংনবা অমদি কিবা পোকপা লৈতনবা শকখঙদবা লোয়নগনু, অরাপ্পা চৎপদা হুরানবদগী চেকশিল্লু। শেল অমদি লৈঙাক্কী থবক্তা শোইদনা মাই পাক্কনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবনা থোইনা চাল্লি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা/শঙ্গোম।

কর্কট : হেন্না অশা চাউগনু নীংবা মপা চারোই অমদি লল্লোন-ইতিক্কী থবক্তা য়েক্লবা হেনগৎকনি। অদুমকপু মচা-ননাইগী মতেংনা ওইজ-ওইথক ফংগনি অমদি শেল ফংগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - ইচং থৌবগী কান্নবা ফংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

সিংহ : নীংবা থুংগনি, চাদিংসু হন্থগনি অমদি মীচং হেনগৎকনি, মীংচৎ ফংগনি। অনা-অয়েক্লা য়েৎপা খরদি লৈগনি অদুনা হনবা লৈতনা থৌ পাংউ, ওজা-গুরুগী পাউতাক লৌ।
লৈশা পাখংশিংগী : নুংশিবা ফংই, হায়জবা তাবীগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ নাপু/য়াইঙং।

কন্যা : পনন্দুনা লৈরুবা শেল ফংবা য়াবা তঞ্জা লাক্লে অমদি লল্লোন-ইতিক্তা মাংজিল থাগনি। লৌনম চাউবা য়েক্লবনা থবক মাঙহন্নবা অমদি ইমুং-মনুংদা পোত্থাফম খঙদবদি লৈগনি।
লৈশা পাখংশিংগী : ৱারৌনবা লৈগনি-চরাংগনু।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক/থোইদিং অমুবা।

তুলা : থবক মাঙবা য়াবা লৈ-চেকশিল্লু। মরম চাদনা ইচং থৌবা অমদি অনম তানবনা ইমুংদা ইশৌ লাংবা অমদি পামদবা নংগনি। মীয়ামগসু মরী ফবা ৱাৎকনি। অনৌবা থবক পায়গনু।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবনা য়ানবা চৎলু।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা/শঙ্গোম।

বৃশ্চিক : ৱাঙাঙ হৈত্রদি ইকায়-নুংশি য়ান্নবা থৌদোক থোক্কনি। অঙম্বনা য়েংথিবা লৈ হায়বসি কাউগনু অমদি খোইরাং-খোইশাওবনা হকচাং নুংঙাইতবা অমদি ইমুংদা ঈংদবা ওইগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - ৱা ঙাঙদবনা শাফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।

ধনু : খুদোংথিবা কোকচগনি, লাইবক থোইনা ফরগনি অমদি মীনা ইনশিনবা লৌদনা অনীংবা অফবা থবক পাংহৌরো। মরুপতি তরাইনা থাজগনু অমদি হকচাংগীসু চেকশিল্লু।
লৈশা পাখংশিংগী - য়েৎনবা লৈরসু নীংবা থুংগনি ।
থৌনি পোৎলম : লৈ নাপু/য়াইঙং।

মকর : থবক্কী লমদা অমদি নচা-ননাইগী লম্দা পূক্লিং পেঞ্জবা লৈগনি । পাউ নুংঙাইবা তাই অমদি শেল ফংগনি। মরম চাদনা ইচং থৌবনা মরুপ কাইনগনি-নোল্লুক্লা চৎলু।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশি মরীদি হান্নদগী ফগৎলনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।

কুম্ব : হরাওবা নুংঙাইবা, য়েক্লবা হন্থরকপা অমদি লল্লোন ইতিক কান্নবা ফংগনি। পাংবা য়াবা থবক পনবা অমদি ফিংবনা মরুপ-মপাংগা মালোম লৈনবা য়াই। অনম তানগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - ৱাখল খরা নুংঙাইগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

মিন : অফ-ফত্ত য়ান্নগনি। নচাক-নরল চাওখৎকনি, ইকায়খুম্নবা ফংগনি অমদি মীনা থাগৎপিগনি। অদুবু হোয়া ফরদি শেল চৎকনি নত্রগা কাইনবা নংগনি। ৱাদি ঙাঙদবনা ফরে।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবগী য়াকা য়েংনা চৎলু।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/কিসমিস।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।

মীয়াম্বু লান্না উনবা হায়বা ৱাফম য়াওখিদে : তোমচৌ

ইম্ফাল, এপ্রিল ২৮(ঐচ এন এস): অন্দ্রো ব্লোক কোংগ্রেস কম্মিটিনা শীন্দুনা থা অসিগী ১০ দা পাঙথোকখিবা পব্লিক মীটিংদা এম এল এ, কে মেঘচন্দ্রনা ৱা ঙাঙখিবা অদুদা অন্দ্রো এ সীগী মীয়াম্বু লান্না উনবা ৱাফম য়াওদে হায়না তোপ চীংথাদগী সোসল এক্টিভিষ্ট কে ঐচ তোমচৌনা ফোঙদোকখ্রে।

অজাদ হায় স্কুলগী গ্রাউন্দদা ঙসি পাউমীশিংগা উনবদা তোমচৌনা হায়খি, এম এল এ মেঘচন্দ্রনা ৱা ঙাঙখিবগী রেকোর্দিং লৈ। মহাক্না হায়খিবদুদি য়াইরিপোক টু ইম্ফাল ভাইয়া ঙাইরিয়ান লম্বী অসি য়াম্না ফৎত্রে। নেসনল হায়ৱে অসিদা মেছিন্না নীংথিনা থাবীদে, লম্বীসি অফ্রিকাগী লম্বী মাল্লে হায়বনি। অন্দ্রো এ সীগী মীয়ামদা অন্দ্রোসি অফ্রিকানি হায়খিবা নত্তে। অন্দ্রো এ সীগী মীহুৎ ওইরিবা মিনিষ্টরনা হায়বদা অন্দ্রো এ সীসি অফ্রিকানি হায়না এম এল এ মেঘচন্দ্রনা হায়রে হায়না মীয়ামদা লান্না হায়জিল্লে।

অজাদ হায় স্কুলগী গ্রাউন্দদা পাঙথোকখিবা কোংগ্রেসকী মীটিং অমদি পোইরৌ খোংজিলদা তৌবা বি জে পিগী পব্লিক মীটিং অনীমক পুন্না তারগা কনানা অন্দ্রো এ সী অসি অফ্রিকানি হায়না সোসল মীদিয়াদা শন্দোকপগে হায়বদু উবা ফংগনি। মিনিষ্টর অসিনা এসী অসিবু অফ্রিকাগা মান্নে হায়না লান্না হায়জিন্দুনা মীয়াম্বু লান্না উহনবা অমদি মাগী স্পিছ অসি সোসল মীদিয়াদা ভাইরেল ওইহনবনা ঈকায়নরে হায়নসু ফোঙদোকখি।

পাউমীশিংগা উনখিবা অদুদা ক্লব কয়াগী মীহুৎশিংসু শরুক য়াখি হায়নসু মখা তারি।

HL-B/5314/2/4-3/5