থম্মোয় পাউদম | হুইয়েন ইন্দু

ভাইওলেন্সকী অতোপ্পা শক্লোন অমা

‘ভাইওলেন্স অমসুং নন-ভাইওলেন্স’ (হিংসা অমসুং অহিংসা)- ঐখোয়দা অনৌবা ৱাহে নত্তে। মরুওইনা ইন্দিয়াদদি নন-ভাইওলেন্সকী অচৌবা মফম লৈ, মহাত্মা গান্ধী কৌবা, মালেমদা নন-ভাইওলেন্সকী সিম্বোল ওইনা লৌনবা মীশক্তুনা লমদমসিগী জাতিগী মপা ওইরম্বনা। অদুবু, অহিংসা হায়বসিদি ‘গান্ধী’না হৌদোক্লম্বা থৌওং অমসু নত্তে।

ঙসি, ইগে কলম পায়খৎলুরিবা হীরমসি গান্ধীজিনা পামজখিবা, পুন্সিগী চাংয়েং অমা ওইনসু পায়খৎখিবা, ভারতকী নীংতম-অদে দালন’দসু বৃটিশশিংগী মায়োক্তা পোলিটিকেল ৱিপন (রাজনিতিগী খূৎলায়) ওইনা শীজিন্নখিবা ‘নন-ভাইওলেন্স’ হায়বদুগী মরমদা নত্তে। গান্ধী মশানসু, হিংলিঙৈ, মথম্মোয়দা খনজখিবনি- মাগী অহিংসাগী চাংয়েং মায় পাক্তরে, মায়থীরে। অহিংসাগী চাংয়েংদা মায় পাকখিদ্রবা পুন্সি-লাল্লোয় অমনি হায়বসি পুন্নমক্না খঙনবা, মাগী মোংফমগী নূঙপাক (নূঙবী)দুদা ইদুনা থম্বীয়ু হায়দুনা মশামক্না অইবাওইনা থম্লম্মী। কনানসু লৌবীদবগী ৱানি। মরম অদুনা, নন-ভাইওলেন্সকী মরমদদি ইজররোই। মশীং খঙদ্রবা লাইরিক কয়াদসু ইখরে। ‘কনাগুম্বা অমনা য়েৎথংবা খজাইদা খূপাক্না থারক্লবদি ওইথংবা খজাইদুদসু থাহল্লু’ হায়বা ৱাহায়সি গান্ধীনা হায়রম্বা/শেন্নম্বগুম খল্লম্বদু বাইবলগী মেথিউ চেপ্তর মঙাদসু জিসস খৃষ্ট’নসু হায়রম্বগুম ইরম্মী। গান্ধী’না পামজনা, ৱাহায়দু থবক ওন্থোক্লম্বনি- অশেঙবা খৃষ্টিয়ন’নি ক্লেম তৌজবা কনানসু পাঙথোকপা ঙমখিদবা।

১২শুবা মণিপুর বিধান-সভা-মীখল নকশিল্লকপসিদা, অকনবা লম্বা তৌনগদবা রুল্লিং অমসুং ওপোজিসনগী মীরেপ অনীগী ৱার্করশিংগী মরক্তা অকনবা/অয়াকপা ৱাহে ঙাঙনবা, করিগুম্বদা খূৎ থোক্লা খৎন-চৈনবা থোকপগী পাউ- থা অহুম মরী ৱাৎলিঙৈ মরকসিদসু তাবা ফংলে। হাৎন-শুনবফাও থোক্লবা য়াই পানরি। অদুগুম্বা হাইপর সেন্সিটিভ ওইবা মফমশিং করম করম্বনো খন্দোক্লবা থবক হৌজিক্তগী হৌখরে। অদুগুম্বা, ইলেক্সনগা মরী লৈননা থোকপা খৎন-চৈনবা (হাৎন-শুনবা)গী থবক্তুবু কৌই- ইলেক্টোরেল ভাইওলেন্স। ৱাহৈ অসি নীংশিংলুবদগীনি ৱারেং অসি ইগে খল্লকখিবা। ভাইওলেন্স’কা মরী লৈনবা ৱারেং অমা! ফিজিকেল ভাইওলেন্স, ভর্বেল ভাইওলেন্স, সাইকোলোজিকল ভাইওলেন্স, সেক্স্যুঅল ভাইওলেন্স, সোসিও-ইকনমিক ভাইওলেন্স (বন্দ/ ব্লোকেদনচিংবা), দোমেষ্টিক ভাইওলেন্স... অসিনচিংবা। অমমমতা ওইনা শন্দোক্না তাক্লুদ্রবসু মমিংসিতং তাবদা ৱাখলদুদা পোক্লমগনি- করম্বা মখলগী ভাইওলেন্সনো?

য়েস! ঙসি ইগে খঞ্জরুরিবা ৱারেংসি- ভাইওলেন্সকী মরমদনি।

হংবীনীংলমগনি- ভাইওলেন্সকী মরমদবু করি ৱারেং ইদৌরিবনো? অদুবু নহান নোংমা, ঐগা তীন্নবা মরুপ অমনা লীরকপা ৱারী অমা তারুবদগী ৱাখল কয়া মওল মওল খল্লুবদগী ৱাখল অসি পোকখিবনি। মরুপ্তুগী মসেন’নুপা, অফবা মহৈরোয় অমা ওইনা হৌরকখিবা, ফর্ষ্ট-দিভিজনর অমা ওইনতা লাকখিবা নহা অমা মপাগা ৱাহে কারন চন্নখিবদগী সুইসাইদ তৌদুনা শিরম্বগী ৱারীনি। নুপা মথন্তা পোকপগী খরসু কেথোক মৌথোক্না য়োক্লকখিতায়। ময়াই কাবা চীঞ্জাক্তগী, ফত্তবা- মীগী শঙ্গদগী লাপ্পা লৈরকখিবা নুপানি। অদুগা করম্না, মপাগী করম্বা ৱাহে অমদা ৱারৌদুনা মশাগী মথ্বায় লৌজরিবা? লুরিবদি ৱাহংসিনি। শুবা নোম্বা কঞ্জবী, অখাঙ-কনবী নুপী-যুগী নিশাদা লায়চুরবা মপুরোইবগী মীওৎ-মীনৈদা খাঙবা ঙমদদুনা মশা মথন্তা হাত্তোকচখিবদুগা- মীশি মখল অনীসি করিদা খেন্নবগে? নৎত্রগা করিদা মান্নবগে?

মীশি মখল অনীসি ‘ফেমিনিন ভাইওলেন্স’ হায়বদুগী মনুং চল্লি। ‘ফেমিনিন ভাইওলেন্স- তোয়না থেংনবা, তোয়না শীজিন্নবা ৱাহে-ৱাপা অমা নত্তে। নুপীগী মথক্তা নুপাশিংনা, নৎত্রগা খুন্নাই অমগী চৎনলোন্না মরম ওইদুনা চত্থবা মীওৎ-মীনৈ-জেন্দর ভাইওলেন্স অদুসু নত্তে। ‘ফেমিনিন ভাইওলেন্স’ হায়বা ৱাহে অমা লৈরবনিনা ‘মেস্কুলিন ভাইওলেন্স’ হায়বা অমসু লৈবা তাবনি। লৈ। নুপাশিংনা পাঙথোকপা ভাইওলেন্স, লাউবা, খোংবা, ফূবা, চৈবা, য়ৈখায়বা, থিনগায়বা, থাঙ-তেন, নোংমৈনচিংবা খূৎলায় পায়দুনা এট্টেক তৌনবা- শিবা নাবা য়াওরকপা- অদুগুম্বা মখলগী ভাইওলেন্স-ক্রাইম অদুবু কৌই ‘মেস্কুলিন ভাইওলেন্স’।

খাঙবা কনবা, থোৎপা নৌবা- নুপী ওইবীশিংগী তোপ-তোপ্পা মতৌ অমনি। পেন্দবা শাউনীংবা লৈর’সু মপান থোক্না ফোঙদোকচদে, মদোম তুমীন খাঙজীল্লি। পতি-পরম-ঈশ্বর (পতি পরমেশ্বর) ইপুরোইবা হায়বসি পূমথোয় থোইবা লাই’দুনি, লাই ওইবা মহাক্না মীওৎপা ওইরক্লবা ফাওবদা- অৱা’ পোৎলুম কয়াদু পিরাংলক্তা লোৎশিনজে। খাঙবই পনখে লাল্লকপা, পুন্সি পিখম্নহন্দুনা অৱা’-পোৎলুম থাংথজে। অতোপ্পবু ওৎপা-নৈবা, ফূবা-চৈবা, অৱাবা পীবা নত্তবা মশানা মশাদা অৱাবা পীজবা, সেল্ফ-টোর্চর তৌজবা, মদোম চৈনা খাঙজবা- মদু নন-ভাইওলেন্স নত্তে, ভাইওলেন্স মখল অমনি- ফেমিনিন ভাইওলেন্স!

ৱাহৈসিগী ৱাহন্থোক য়েংলুরগা হায়নীংলক্লে- অহিংসাগী মশক্তম ওইবা গান্ধী’সু হিংসা তৌই। ফাষ্ট অনতু দেথ- শিদ্রিফাওবা চরা হেনবা- মশানা মশাবু হাত্তোকচনবা হোৎনবা, অচৌবা ক্রাইম অমনি। গান্ধীজিগী নন-ভাইওলেন্স- ফেমিনিন ষ্টাইল ভাইওলেন্স’নি। নায়তোম চৎপা লম্বী অমগী মকোক্তা নোংমৈ নম্লগা ‘নশাদা য়াওবা সনা-লুপা-শেল লৌথোক্তুনা পীরম্মু’ হায়বদা পীদবগী হাৎলুবা; মদুগী ওন্ন-তৈনবদা, নোংমৈ পায়বা নুপাদুনা নোংমৈদু মশাগী মকোক্তা নমজরগা ‘সনা-লুপা-পৈশা পুম্বা লৌথোক্তুনা পীরম্মু, পীদ্রবদি ইথন্তা শিজগনি’ হায়বদা পীয়ু য়াদবদগী মথন্তা শিজখিবা- ৱাথোক অনীসিদা, শিদৌরিবসি মী অমখক্তনি। অকোনবগী মীশিদু মথন্তা শিজবনি, ক্রাইম নত্তে হায়গদ্রা? গান্ধীজিগী ‘নন-ভাইওলেন্স’ পোলিটিকেল ৱিপন অমনি। বুদ্ধ, মহাবীর, কবিরগী নন-ভাইওলেন্স’না অতোপ্পা পর্পজ অমনি। কনাগুম্বনা য়েৎলি- গান্ধীজিগী অহিংসা- নন-ভাইওলেন্স নত্তে, ফেমিনিন ষ্টাইল ভাইওলেন্সনি। খন্থমিন্নসি অমুক্তা।

অৱাথবী চারোইদবা মীওইশিং

লৌশিং পুক্কে

করম্বা মীওইনা অৱাথবী চারোইদগে, চারোইদবগী মরম্না করিনো!

অৱাথবী হায়বসি দাইটরি ফাইবর, ভিটামিনশিং অমসুং মিনরেলশিংনচিংবনা পীক থন্না য়াওরবা, মচি ওইবা পোৎলমশিং খ্বাইদগী হেন্না য়াওবা উহৈশিংগী মনুংদা অমনি। চাবদসু হাওবা মচু মমেনসু হেক য়েংবদা চানীংবা পোকহনবা উহৈ অসি হৌজিক্কী মতম অসিদদি চহী চুপ্পা অদুম্মক ফংই হায়বা য়াই। মুল্লগা চাববু ওইরো নৎত্রগা শংলিঙৈদা শালাদতা হাপ্লগা চাববু ওইরো, অৱাথবী চাবনা হকশেলগী ওইবা কান্নবশিং পী। অৱাথবী অসি চাং নাইনা অয়ুকতা চাবা নৎত্রগা মতম চাদনা পোক্লকপা অরাম খৌরাংববু কোকহন্নবগীদমক চাবনা থম্মোয়গী লায়না, দাইবিটিজ অমদি কেন্সরগী রিস্ক হন্থহনবা ঙম্মী, ব্লদ প্রেসর হন্থহল্লি, অমদি হকচাংগী অরুম্বা চাং চানা থম্বদা মতেং পাংই। অৱাথবী অসি হকচাংদা অদুক্কী মতীক কান্নজরবসু, উহৈ অসি মীপুম খুদিংমক্কী ওইনা চাবদা অফবা/শাফবা ওইদবদি য়াই। অকক্লবা অনাবশিং লায়চেন্নরিবা মীওইশিংনা মখোয় মশাগী দাইটতা অৱাথবী য়াওহনবা তৌরোইদবনি। অৱাথবী চারোইদবা মীওইশিং অমদি করিগীদমক মখোয়না অৱাথবী চারোইদৌরিবনো হায়বদুগী মরমদা মখাদা পীরি।

মীরোনবী নুপী: মীরোল্লিবী নুপী অমগী হকশেলগীদমক অমদি মহাক্কী পুক্লুংদা লৈরিবা অঙাং অদুগীনা চাউখৎলক্লবগীদমক হকচাংদা কান্নবা, মচি ওইবা পোৎলমশিং চাবা মরু ওই। অদুবু অৱাথবী অসিদি মীরোনবী নুপীশিংনা চাগদবা অফবা চীঞ্জাকশিং অদুগী মমিংশিংদুগী মরক্তগী লৌথোকখিগদবা উহৈ অমনি। অথুম্বা উহৈ অসিদা লেটেক্স য়াওই, মসিনা যুটেরাইন কোন্ত্রেক্সন তৌহনবা য়াই, মসিনা অর্লি লেবর (ঙন্না নাউয়েকপা) তৌহল্লকই। মসিদা পপেইন কৌবা এঞ্জাইম অমা য়াওই, মসিবু হকচাংনা প্রোষ্টাগ্লান্দিনশিং ওইবোই নিংই। প্রোষ্টাগ্লান্দিনশিং অসি নাউয়েকহন্নবগীদমক (লেবর তৌহন্নবগীদমক) আর্টিফিসল ওইনা শীজিন্নবা পোৎলম অমনি। মসিনা পুক্লুংগী অঙাং অদুবু সপোর্ট তৌরিবা মেম্ব্রেন ফাওবা মপাঙ্গল শোন্থহনবা য়াই। মসি মরুওইনা মুনফাৎত্রিবা অৱাথবী চাবদা অনম্বনা থোক্কল্লী।

হার্টবিট চাং নাইদবা মীওইশিং: অৱাথবী চাবনা হার্টকা মরী লৈনবা অনাবশিংগী রিস্ক হন্থহনবা ঙম্মী, অদুবু হান্ননা হার্টবিট চাং নাইদবগী খুদোংচাদবা মায়োক্লদুনা লৈরবা মীওই ওইরগদি শুকচা চাদবনা হেন্না ফৈ। ষ্টদি অমনা হায় মদুদি, অৱাথবীদা সাইয়নোজেনিক গ্লাইকোসাইদ য়ামদবা চাংদা য়াওই, মসি মীওইবগী দাইজেষ্টিভ সিষ্টেমদা হাইদ্রোজেন সাইয়নাইদ পুথোকপা ঙম্বা অমিনো এসিদ অমনি। মসিদা পুথোক্লিবা কম্পাউন্দ অসিগী চাং অদুনা হকশেলদা খুদোংথীনিংঙাই ওইবা চাং য়ৌদ্রগসু, চাং হেনগৎলক্লগা হার্টবিট চাং নাইদবগী খুদোংচাদবা মায়োক্লরিবা মীওইশিংদা মদুগী সিম্পটমশিং অদু হেন্না ফিভম শোকচিলহল্লকপা য়াই। হাইপোথাইরোইদিজমগী খুদোংচাদবা মায়োক্লবা মীওইশিংদদি হায়রিবা চপ মান্নবা ইফেক্ট অসি থেংনবা য়াই।

এল্লর্জিশিং লৈবা মীওইশিং: লেটেক্স এল্লর্জি দাইগ্নোজ তৌবা মীওইশিং অৱাথবীদসু এল্লর্জিক ওইবা য়াই। মসিগী মরমদি অৱাথবীদা চিটিনেজ কৌবা এঞ্জাইমশিং য়াওই। এঞ্জাইম অসিনা লেটেক্স অমসুং এঞ্জাইমদু য়াওবা চীঞ্জাক্কী মরক্তা ক্রোস-রিএক্সন তৌহনবা ঙম্মী, মসিনা হাকথী খনবা, নীংশা হোনবা ৱাবা, লোক খূবা অমদি মীৎ চোৎ চোৎ লাউবনচিংবা তৌহল্লকই। মীওই খরদদি অমুনবা অৱাথবীগী মনম ফাওবদা হৈনদবা ফাওবা য়াই।

কিদনিদা নুং লৈবা মীওইশিং: অৱাথবীদা ভিটামিন সীগী চাং কা হেনবা চাংদা য়াওই। হায়রিবা নুট্রিএন্ট অসি অফবা এন্টিওক্সিদেন্ট অমনি, অদুবু হান্ননা কিদনিদা নুঙ লৈবগী খুদোংচাদবা মায়োক্লদুনা লৈরবা মীওইশিংনা ন্যুট্রিএন্ট অসি হেঞ্জিন্না চাশিল্লবদি খুদোংচাদবা অদু হেন্না ফিভম শোকচিলহনবা য়াই। ভিটামিন সী য়াম্না কা হেনমন্না চাশিনবনা কেলসিয়ম ওগজালেট কিদনি ষ্টোনশিং ফোর্ম তৌহল্লকপা ঙম্মী। মসিনা নুঙ অদুগী চাউবগী চাং হেনগৎহনবা ফাওবা ঙম্মী, অসুম তৌবা অসিনা নুঙ অদু মপান থোকপদা য়াওখিনবা হোৎনবদা ৱানা থোকহল্লি।

হাইপোগ্লাইসিমিয়া লৈবা মীওইশিং: অৱাথবী অসি দাইবিটিজ লৈবা মীওইশিংগীদমক য়াম্না চানবা উহৈনি, মরমদি ঈদা য়াওবা চিনিগী চাং মেনেজ তৌবদা মসিনা মতেং পাংই। অদুবু ব্লদ সুগর নেম্বা নৎত্রগা হাইপোগ্লাইসিমিয়াগী খুদোংচাদবা হান্ননা মায়োক্লদুনা লৈরিবা মীওইশিংগী ওইনদি অফবা চীঞ্জাক অমা ওইদবা য়াই। মসিগী মরমদি চাবদা থুম্বা উহৈ অসিদা এন্টি-হাইপোগ্লাইসিমিক নৎত্রগা গ্লুকোজ-লোগরিং ইফেক্টশিং য়াওবননি। মসিনা হাইপোগ্লাইসিমিয়াগী খুদোংচাদবা মায়োক্লরিবা মীওইশিংদা মখোয়গী ব্লদ গ্লুকোজ লেভেলবু খুদোংথীনিংঙাই ওইবা চাংদা লৈহনখিবা য়াই, মসিনা ৱাখল চমম্নবা, হকচাং নীকপা অমদি মীহুল চোংবগী খোঙজেল য়াঙখৎলকপগুম্বা খুদোংচাদবশিং থোকহল্লকই।

আর্টিকেল অসি রিলাইএবল সোর্সতা যুম্ফম ওইরগা ফোঙবনি, অদুবু মসিনা মেদিকেল প্রোফেসনেলশিংগী পাউতাককী মহুৎ শিন্নবা হোৎনবদি নত্তে

উরিপোক এ সীদা মীহুৎ ওইখ্রবশিং অমদি মীরেপ ওইগদৌরিবশিংনা তৌবা থবক্তগী হেন্না তৌগনি : রঘুমনি

ইম্ফাল, নবেম্বর ২৮ (ঐচ এন এস): উরিপোক এসেমব্লী কন্সটিট্যুএন্সিদা মীহুৎ ওইখ্রবশিং অমদি লাক্লিবা এসেমব্লী মীখলদা মীরেপ ওইগদৌরিবশিংনা এ সী অসিগী চাউখৎ থৌরাংগী তৌরিবা থবকশিং অসিদগী ইহেন হেন্না মীয়ামগী য়াইফন্নবা থবক তৌগনি হায়না এ সী অসিদা বি জে পিগী মীরেপ ওইননবা থৌরাং তৌরিবা রিটায়র্দ আই এ এস খ্বাইরাকপম রঘুমনিনা ফোঙদোকখ্রে।

উরিপোক এ সীগী পোল্লিং ষ্টেসন ১০/২ অমসুং ১০/৩গী ওইবা কে ঐচ রঘুমনিগী ইলেক্সন কম্মিটিগী ৱার্করশিংনা শীন্দুনা লাঙ্গোল অঈং লৈকায় প্রাইমারী স্কুল গ্রাউন্দদা পাঙথোকখিবা নিঙোলশিংবু চাক্লৌদুনা য়াইফ মঙ্গোল নীবা অমসুং কে ঐচ রঘুমনিবু তরাম্না ওকপগা লোয়ননা পাঙথোকখিবা নোংমগী ওইবা পোলিটিকেল কনফরেন্সতা মথক্কী ৱাফম অসি কে ঐচ রঘুমনিনা ফোঙদোকখিবনি।

মহাক্না হায়খি, উরিপোক এ সীবু হীরম খূদিংদা চাউখৎপা পুরকপা, এ সী অসিগী হৌরক্লিবা মহৈরোয়শিংবু মহৈ-মশিন নীংথিনা হৈহন্দুনা ক্বালিটি এদ্যুকেসন পুরকপা, এ সী অসিদা লৈরিবা মীয়ামগী শেল-থুমগী ফীভম ফগৎহন্দুনা হিংবগী থাক ৱাংখৎহনবা, মহৈ-মশিন নীংথিনা হৈরবা থবক ফংদ্রিবা নহাশিংবু ইন্টরপ্রাইজেসকী পূক্লিং থৌগৎতুনা মশানা মশাবু মতিক চাবা মীশক অমমম ওইহন্ননবা অমদি ষ্টেট অসিদা অফবা লৈঙাক্লোন পুরক্লনবা পান্দম থল্লি। উরিপোক এ সীগী মীয়াম্না নুংশিবীবা অমদি শৌগৎপীরক্লিবা কয়া অসিনা থল্লিবা থাজবশিং অদু খক লেম্না মাঙহল্লোই। মীয়ামগী অপান্বা মতুংইন্না অমদি উরিপোক এ সী অসি কন্দবা য়াদে হায়দুনা মীয়ামগী খল্লগা লাক্লিবা এসেমব্লী মীখল অসিদা মীরেপ ওইননবা চোংথোরকপনি। উরিপোক এ সী অসি ইম্ফাল ময়োলদা লৈবা এ সী অমা ওইরবসু লাঙ্গোলগী এরিয়া অসিদি হীরম কয়াদা শোত্থদুনা লৈরি। এ সী অসিদা লায়রবা, তোল্ল-তারবা কয়া পীক থন্না লৈরি। মপুরোইবা কায়নখ্রবী কয়ানা অৱাবা পুন্সি মহিংদা হিংলি। পুন্নমক অসি অঙম্বা থাক্তা মতেং পাংননবা হোৎনগনি হায়নসু মহাক্না মখা তানা ফোঙদোকখি।

পোলিটিকেল কনফরেন্স অদুদা ৱাঙাংলোয় ওইখিবা কয়ানসু হীরম কয়াদা শোত্থদুনা লৈরিবা উরিপোক এ সীবু চাউখৎপা এ সী অমা ওইহন্নবগী মঙলানগা লোয়ননা মীয়ামগী থৌগল তৌনবা থবক্তগী ভলন্টরি রিটায়র্দমেন্ট লৌদুনা মীরেপ ওইননবা চোংথোরক্লিবা খ্বাইরাকপম রঘুমনিবু মায় পাকহন্ননবা মীয়াম পুন্না হোৎনমিন্নসি হায়নসু ফোঙদোক্লখি।

অহিংদগী হৌদুনা দ্রাইভ চত্থখ্রে

ইম্ফাল, নবেম্বর ২৮ (ঐচ এন এস): ককচিং রেঞ্জকী মখাদা লৈবা বিট ওফিসশিং য়াওনা লেপ্পুনা চত্থরকপা উচেক লাংশিং ফাগৎপগী দ্রাইভতা ঙসিসু লৌসি পাৎ, খরুং পাৎ, খোইদুম পাৎ অমদি পুল্লেন পাৎতা অহিংদগী হৌনা অকনবা দ্রাইভশিং চত্থখ্রে।

দ্রাইভ অদুগা মরী লৈননা রেঞ্জ ফোরেষ্ট ওফিসর ককচিং এন মুনাল মৈতৈনা পাউমীশিংদা হায়খিবদা, দিষ্ট্রিক্ট অসিগী মনুংদা লৈবা মরুওইবা পাৎশিংদা চাক্তাবা লাক্লিবা লমকোয় উচেকশিং কন্ননবা হৌখিবা নবেম্বর ১দগী হৌদুনা অহিং নুংথিল খায়দনা অকনবা দ্রাইভ চত্থদুনা লাকপনি। ঙসি চত্থখিবা দ্রাইভশিং অসিদা পাৎশিং অসিদা উচেক লাং অমফাওবা ফংখিদে। মসিমক ফোরেষ্ট দিপার্টমেন্টনা হোৎনজবা অমদি মীয়াম্না মতেং পাংবীবগী অচৌবা মায় পাকপনি। অদুবু লাইবক থীবদি উচেক লাংশিং থেংনখিদ্রবসু খোইদুম পাৎকী নোংচুপ থংবা শরুক খরা নত্তনা দিষ্ট্রিক্ট অসিগী লেমহৌরিবা অতোপ্পা পাৎশিংদা পাইরক্লিবা লমকোয় উচেক্কী মশীং অসি হৌখিবা চহীশিংগা য়েংনবদা অসুক্কী মতিক হন্থরে। মসিমক মহৌশানা লমকোয় উচেকশিংগী চাক্তাফম ওইরম্বা মণিপুরগী ওইনা অচৌবা মাঙজবা অমনি। লমকোয় উচেকশিংনা লমদম অসিদা পাইরকপা হায়বসি মখোয়গী মহৌশাগী তৌদবা য়াদ্রবা খোঙচৎ অমনি। মসিদা লমদম অসিগী মীয়াম্না মখোয়বু নুংশি হৈতনা ফাবীবা অমদি হাৎপীবা হায়বসি ঐখোয়না মহৌশাদা শীংনবা অচৌবা ক্রাইম অমনি।

করিগুম্বা লাং থাকপশিং ফাবা ঙমহৌদ্রবসু লাং লৈরল্লিবা লৌগী লৌপুশিং ফাগৎতুনা মখোয়গী মথক্তা চহী অহুম জেলদা থম্বা নৎত্রগা লুপা লিশিং ২৫ ফাইন থিহনবা অমদি অনীমক তৌবা য়াই হায়বসি কাউবীগনু। মরম অসিনা মীয়াম্না লমকোয় উচেকশিংবু হাৎপীগনু, মখোয়বু নুংশিবীয়ু অমদি কনমিন্নসি হায়না মুনালনা মীয়ামদা আপীল তৌরক্লি।

পোৎ-চৈগী মমল হেনগৎলকপগী মায়োক্তা ৱাকৎ মীফম ফমখ্রে

ইম্ফাল, নবেম্বর ২৮ (ঐচ এন এস): হৌখিবা নবেম্বর ১৪দগী ২৯ ফাওবা লৈবাক পুম্বদা চত্থরক্লিবা জন জাগরন অভিয়ানগী শরুক অমা ওইনা ঙসি বিষ্ণুপুর কোংগ্রেস কম্মিটিনা শীন দুনা নোংমদা চঙদবা য়াদ্রবা পোৎ-চৈগী মমল হেনগৎলকপগী মায়োক্তা ওইনাম এ সীগী মনুং চন্না লৈবা ঙাইজৌপোকপী খ্বাইরাকপমদা ৱাকৎ মীফম ফমখ্রে।

ৱাকৎ মীফম অদুদা বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্ট কোংগ্রেস কম্মিটিগী প্রিসিদেন্ট নুর রহমন, বি সী সীগী ভাইস প্রিসিদেন্ট এন বিরবাবু, নম্বোল ব্লোক কোংগ্রেস কম্মিটিগী প্রিসিদেন্ট এল লোকেন্দ্রো, ওইনাম ব্লোক কোংগ্রেস কম্মিটিগী ভাইস প্রিসিদেন্ট এন ইঙোচা, বিষ্ণুপুর ব্লোক কোংগ্রেস কম্মিটিগী ত্রেজরর এম ভোগেন্দ্রো, কিষান সেল বিষ্ণুপুর দিষ্ট্রিক্ট কোংগ্রেস কম্মিটিগী প্রিসিদেন্ট কে ঐচ নন্দো, কুম্বী ব্লোক কোংগ্রেস কম্মিটিগী প্রিসিদেন্ট এন ভগিরৎ, বিষ্ণুপুর ব্লোক কোংগ্রেস কম্মিটিগী সেক্রেটরি (এদমিনিষ্ট্রেসন) টি ঐচ বৈকুল, ওইনাম এ সীগী ইন্টেন্দিং কেন্দিদেট টি ঐচ ইথোইবী, কুম্বী এ সীগী ইন্টেন্দিং কেন্দিদেট এন ইবোহল অমসুং য়ুনাইটেদ ফ্রন্ট মণিপুরগী চেয়রমেন টি ঐচ সুর্যবোরোনা লুচিংদুনা দিষ্ট্রিক্ট অসিগী এ সী ৬তগী লাকপা কোংগ্রেসকী কর্মিশিংনা শরুক য়াখি।

ৱাকৎ মীফম অদুগা মরী লৈননা ৱাইখোং খুল্লেন গ্রাম পঞ্চায়টকী হান্নগী প্রধান এম মঙ্গোলনা হায়খিবদা, ইন্দিয়াদা বি জে পিগী লৈঙাক লাকপদগী নুমীৎ খূদিংগী শীজিন্নরিবা পোৎলমশিং য়াওনা মখল কয়াগী পোৎ-চৈশিংগী মমল নোংম-নোংমগী হেনগৎলক্লিবা অসিগী মায়োক্তা ঐখোয় পুন্না লেপমিন্নদুনা মীয়ামগী অৱাবা কোকহন্ননবা ৱাকৎ মীফম অসি ফমদুনা প্রোটেষ্ট তৌবনি। পোৎ-চৈগী মমল হেনগৎলক্লিবা অসিদা কোংগ্রেস পার্টিনা জন জাগরন আভিয়ান কেম্প্যেন অসি লৈবাক শিনবা থুংনা চত্থবনি হায়খি।

হুইয়েন লানপাউ পব্লিক ওপিনিয়ন

মীয়াম্না করি হায়রি, করি পাম্লি

মহৈরোয়শিংগী করিয়রদগী ইলেক্সন্না হেন্না লুম্না লৌরবদি অফবা খুন্নাই ওইবা ঙমগদৌরিব্রা?

চহী অনী হেন্না কোভিদ লায়না লাইচৎনা মরম ওইদুনা মহৈ লোয়শঙশিং হাংখিদবা মরম্না মহৈরোয়শিংনা লাইরিক তম্বা ফংনখিদে। ঙসিসু কোভিদ খরা শাফরক্লে হায়রবসু মপুং ফানা লাইরিক-লাইশু তম্বা ঙম্বা হায়বদু ওইদ্রি। অদুবু লাক্কদৌরিবা ইলেক্সন অসিগীদমক্তদি পুন্নমক্না লৈঙাক য়াওনা মহৈরোয়গীদমক তৌগদবা থবকশিং কাউথোকপীখ্রবরা হায়না খল্লি। অমরোমদনা লমদম অসিগী মমা-মপা ওইবশিংনা স্কুল খরা হাংদোক্লরকপা হৌরকপা অসিদা মতম কুইনা কোভিদনা চৈথেং চাউনা পীরুবদগী হৌগৎপা কাংখৎপা ঙমদনা লৈরিঙৈ চৈরক অসিদা এদমিসন তৌনবগীদমক অৱাবা পোৎলুম কয়া মায়োক্লবা হায়বদু ওইরে। হৌজিক হৌজিক কোভিদ-১৯ মপুং ফানা ফবা হায়বদু ওইদ্রি। তোঙান তোঙানবা মফমশিংদা ইলেক্সনগা মরী লৈনবা থৌরম কয়া পাঙথোক্লরিবা অসিদা কোভিদকী চৎন-কাঙলোন এপ্রোপ্রিয়েট বিহেবিয়র ঙাক্না চৎপা অমত্তা উদ্রে। কনাগুম্বা খরনা ইলেক্সন লোইরবা মতুংদা কোভিদকী লাইচৎ অসি অমুক হন্না পাক শন্না শন্দোরকখিবা য়াই হায়নরিবা ৱাফম অসি চুমগনি হায়বা ফাওবা করি করিগুম্বা মতমদা খল্লকপা য়াওই। মরমদি মীয়াম তীনবা মফমদা মীওই অয়াম্বনা মাস্ক উপ্পদ্রে। মী অমগা অমগা য়ামদ্রবদা ফিট ৬ লাপ্না লৈগদবনি হায়বদুসু কনা অমত্তনা ঙাক্না চৎনদ্রে। হৌজিকসু কোভিদ লাইচৎনা অশি-অনা থোকহনবা লেপত্রি হায়বসি খঙমিন্নসি।

❒ এম দি সলমান শাহ, ময়াং ইম্ফাল বেঙ্গুন

হন্দক্কী ইলেক্সন অসিদদি পুন্নমক্না মতিক চাবা কেন্দিদেটতা ভোট শোয়দনা পীমিন্নসি

মতমনা অসুম হৌখিবনা কুমজা ২০১৭তা পাঙথোকখিবা ইলেক্সনগী মতম লোইশিল্লক্তুনা অমুক মথং চহীদা মণিপুর লেজিসলেটিভ এসেমব্লীগী ইলেক্সন পাঙথোক্লবা ষ্টেট অসিগী এ সী ৬০গী তোঙান তোঙানবা মফমশিংদা অকনবা মওংদা ইলেক্সনগী কেম্প্যেনশিং পাঙথোকপা লেপত্রি। তোঙান তোঙানবা পার্টিশিংনা মাগী মাগী পার্টিশিংনা করিগুম্বা ভোট কারক্লবদি লৈবাক্কীদমক থবক কয়া পায়খৎকনি হায়না ঙাং-শক্লরি। অদুবু মীয়াম্না হেন্না খঙনরবা ৱাফমনি মদুদি ভোট কাখ্রবা মতুংদা ঙসি ফাওবদা ষ্টেট অসিদা লৈখিবা এম এল এ, মিনিষ্টরশিংনা মীয়ামগী য়াইফনবা থবক মপুং ফানা তৌবীবা হায়বদু ওইদ্রি। লমদম অসিদা লুচিংবশিং খক নত্তনা মীয়াম্নসু ভোটকী মতম লাকপদা মতিক চাবা কেন্দিদেটশিংদা ভোট থাদবগী মহুৎতা শেল য়াম্না পীবা ঙম্বা অমদি মতিক চাদ্রবসু খঙন-চান্নবা মীওইদা ভোট পীবগী থবক অসি ঙসিসু অদুম্মক চত্থরি। কনাগুম্বা খরনা ভোট কাখ্রবা মতুংদা লৈবাক্কী অমদি মীয়ামগী থবক তৌরক্কদবা লৈতবা মরম্না ভোটকী মতম লাকপদা মখোয়দগী লৌথোকপা য়াবা শেনফমশিং লৌথোকহৌগদবনি হায়না খন্নরিবা ৱাফম অসি হোংদোকপগী তঙাইফদবা লৈরে। মরমদি মদুনা শোকহল্লক্কদৌরিবসি লুচিংবশিং অদুদা নত্তে। ঐখোয়গী লমদম অসিগী লৈত-লায়রবা মীচম-মীয়ামদা অমদি তুংগী হৌরক্কদৌরিবা মীরোলশিংদনা হেন্না চাউনা মাঙজবা হায়বদু ওইগদৌরিবনি। মরম অদুনা হৌখিবনা হৌখ্রবসু লাক্কদৌরিবা ইলেক্সন অসিদদি ঐখোয় পুন্নমক্না ৱাখল খন্থদুনা তুংগী অফবা খুন্নাই অমা ওইরক্লবগীদমক শুপ্পগী মতিক চাবা কেন্দিদেটতা ভোট পীরসি।

❒ মাইবম দেনি, নম্বোল

অদোমগী মরুওইবা ওপিনিয়ন ৯৭৭৪৮০৩১৪৫ নৎত্রগা hueiyen_lanpao@rediffmail.com/hueiyen_lanpao@yahoo.co.in দা থাবিরকউ।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
এসিষ্টেন্ট প্রোফেসর (বাইওষ্টেট) জেনিমস
চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ২৯। ১১। ২০২১ ইং, নিংথৌকাবা;
হিয়াঙ্গৈগী ২৫নি পানবা।

মেষ: লাইবক ফবা, ওইজবা ফংবা, মীয়াম্না চানবীবা অমদি নচাক নরল চাওখৎপা নুমিৎনি। মরুপ মপাং লোয়নবা ফৈ। নাপল লোয়নরদি অৱাবা নঙগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নিংবা মপা চাই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

বৃষ: হেন্না আশা চাওবা অমদি মরুপ মপাং থাজবা লুবা নুমিৎনি। য়ারগনি নোল্লুক্না চৎপা অমদি চরাংনদবা ফগনি। ইমুং মনুংগী ৱা অমদি থৌনা ফবদি কান্নগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- ঈংথনা লৈয়ু।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

মিথুন: অচুম্বনা লাকচবা অমদি অরিবা থবক পাংবৈ নুংঙাইজবা লৈ। অফবা মরুপ তাংগনি-চোপহনবা য়াবা লৈ-চেকশিল্লু। য়েৎনবা অমদি ৱাফংনবা য়াওরুনু।
লৈশা পাখংশিংগী- ৱাঙাংদবা ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক/অশংবা।

কর্কট: নিংবা থুংগনি, অনৌবা আশা অমদি অনৌবা মরুপ ফংগনি। য়েক্লবনা ৱাহনবা খরদি লৈ অদুবু লমদগী কান্নবদি ফংগনি। শেন্দোং তানবসু মতাং চাই।
লৈশা পাখংশিংগী- নিংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ নাপু/য়াইঙং।

সিংহ: মরুপকী মতেংনা অফবা মফম ফংবগুম নুংঙাইজগনি। লাই-গুরুনসু চানবীগনি অমদি থৌনা ফুদোকপনা কান্নবা হেনগনি। মরুপ্নদি ৱারৌগনি-ঙক কনগনু।
লৈশা পাখংশিংগী- মতাং চারোই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

কন্যা: হরাওবা, মীচং হেনগৎপা অমদি শেল-থুমগী লমদা য়াম্না কান্নজবা নুমিৎনি। নকন্থিনা নরল মাঙহঞ্জবা অমদি য়েক্লবনা নচা-ননাই ময়েং তাহনবদি য়াই।
লৈশা পাখংশিংগী- ৱাখল নুংঙাই।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

তুলা: হুরানবা অমদি য়েংশিনবা য়াম্মী-খাংবা কল্লু অমদি চিন য়াংগনু। নঙগী ওইবা মী অমদি অচুম্বনা নঙগী পাঙ্গলনি কাওগনু। অচুম্বনা মাঙওইনৌ-কান্নগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নমথাক তৌরদি মাংজগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

বৃশ্চিক: ঙসিসু কোক শাবা অমদি ঙক কনবা য়াদবদি লৈখিনি। অদুবু মীচং হেনগৎপা অমদি শেল থুমগী লমদা মায় পাকচবদি লৈরনি। মীরক চংবদা অৱাবা কোক্কনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবনা চানবী।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

ধনু: থবক পাংগনি, মীচং হেনগৎকনি অমদি মীংচৎ ফংজগনি। পোরম শিনবা খুৎলোইগনি অমদি থৌনা লৈগনি। অদুবু য়েংশিনবদি হান্নগুম লৈ-থিজিনবা কল্লু।
লৈশা পাখংশিংগী- নিংবা থুংই।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

মকর: খুরৌ থাংবা অমদি লাংতক্লবা লৈগনি-তপথৌ। য়েক্লবদি মাংখিনি অমদি ঙাংশকপদা মীনা থাগৎপিবা লৈগনি। লৌশিংনা লন তানশিনবা ঙমগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- মায় পাক্কনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

কুম্ভ: অঙম্বা নত্রগা নথক থোংবা নত্রগা নংবু তশেংনা নুংশিবীবা মরুপকী ৱাদমক লৌবা ফগনি। মীতোপ থাজরবা অমদি হৈ-শিংবা শারবদি অপঙ তাগদবা নুমিৎনি।
লৈশা পাখংশিংগী- মরি ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

মিন: নিংবা থুংলনি, শেন্দোং চাওনা ফংলনি অমদি মীয়ামগা মরি হান্নদে হেন্না ফগৎকনি। অদুবু য়েক্লবনা নমথনবা হোৎনবা লেপতে অদুনা নোল্লুক্না চৎপা ফৈ।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবা ফংই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।