থম্মোয় পাউদম হুইয়েন ইন্দু

লাইচৎসিদা তুংইন্নরক্লিবা চাক্তাঙবা, থিংবা ঙমগদ্রা ?

তাইবংপান (য়ুনিভর্স)সিগী মনুংদা সৌর-জগৎ (সোলার সিষ্টেম) অসি পীক্লবা বিন্দু অমগী মশক্লি। পীক্লবা বিন্দুগী শরুক চাম্না থোকপগী অম'মুক ওইবা পৃথিবী (মালেম) কৌবা গ্রহদুদা, অপুনবা লৈমায়দা চাদা ২৯ খক কংফাল ওইবা লমদুদা মী ওইনা মুন্দারিবা থৱায় পানবা কাংলুপ্পুনা থল্লি - ষ্বাইদগী কনবা, ষ্বাইদগী চাউবা, ষ্বাইদগী হৈবা/খঙবদু মখোয়নি। অখণ্ডবশিংদুগী মনুংদা মরক মরক্তা থোক্লকপা, মশানা মশাবু ষ্বাইদগী খঙবা অপণ্ডবদুনি হায়জবা কনাগুম্বা খরনদি হায়রম্মী ... 'ঐখোয়না খঙফম থোকপদুগী খঙবদগী মরক চাম্না-চাম্না হেল্লি, খঙবদবুদু কৌই 'ঈশ্বর' ... ঈশ্বর মশক খঙবদি ওইথোক্লরোইদবা অমনি'। হাহায়সিনা হায়নীংলিবদি অতৌ নত্তে, তাইবংপানবসিগী মরমদা খঙফম থোকপদু মীওইবনা কৈদৌঙৈদা খঙবা ঙমদনা অদুম লৈহৌরগনি হায়বনি। সাইন্সনা চাওখৎপগী পন্দোন লোম্লে খল্লম্লদু অনৌ অনৌবা থিওরি/দিস্কোভরি/ইনভেন্সন পুথোরকপগী লেপ্পা লৈতে। পন্দোন লোম্লা কাখৎলম্বা নাপনদু শকউদবা মহীক মচা অমখক্লী তেঙ্গোলনা লৈখা তানা চিংথরেদনা।

তোরা তুনা (শর্বনাস শানা) মাঙলবা মীওইবগী য়েংহৈদ্রবা শক্তমদুনি হৌজিক মাঙদা তারিবা নুমিৎশিংদা উদৌরিবা। লাক্লবা ঙমদ্রবা মহীক অসি লাকশিন্নবা হোৎনবা, মানা মাঙহন-তাকহল্লম্বা পুল্লিগী মশক অদুগী শরুক অমনি হৌজিক-হৌজিক উরিবসিনা। হিংবা অমসুং হিংনবা-পাম্বে অনীসি 'করম্না হেয়া মরু ওইবনো' খনফম খঙলক্তবা তানফম অদুদনি ঙসি মীওইবনা লেপ্লিবা। মীওইবা-হিংনবগীদমক পাম্বে (সপোর্ট) অমদি থিবা তায়। অদুঙৈ, হিংনবগী পাম্বে মহৌশানা পীরম্মী। ঙসিদি, মীওইবনা মীওইববু তুহৎপনি, হিংনবগী পাম্বে, মীওইবা অমনা মীওইবা অমগীদমক শেম্বনি। কোরোনা ভাইরসনা হাত্তোকপ্পবশিংদু নত্তবা, হিংহৌরিবা ঐখোয়দা পীরম্বা খাঙবদা ৱাবা চৈথেং অমনি - মশিং থীঙমদ্রবা মীওইবা কয়াগী হিংনবগী লম্বী থৎপা। জোব-লোস অমদি জোব-লেস (থবক থৎপদা অমদি থবক লৈতবা) অনীমক তুনা মতম অমত্তদা পীবা চৈথেং, ইন্দিয়া খক্তদা নত্তে কোভিদ-১৯না পীরক্লবা, মালেম পুম্নমক্তসিদনি। থবক শুফম লৈরক্তবা হায়বদি খুৎশুমল লৈতবা, খুৎশুমল ফংদবা হায়বনা চানিংঙাই/থক্লিংঙাই ফংলক্তবা, চাদব-থক্তবা অদুবুনি চরা হেনবা, মীওই অমা-অনী-মঙা-তরা চরা হেনবা নত্তবা, পাক্তক্লনা চরা হেনবগী থৌওং অদুবু খঙনে - 'চাক-তাঙবা'/ ফেমাইন। চহী লীশিং কয়াগী মমাংদগী, মীওইবগী পুৱারীদা তাঙ্কক কয়াদা থেংনখি - চাবা ফংদবা/চাক তাঙবদগী থোকখিবা শাথীরবা মীশি-মীনাগী ৱাথোক কয়া।

কোভিদ-১৯না মরম ওইদুনা মালেমগী মফম কয়াদা থোক্লিবা মীশি-মীনাগী ৱারীদুদি লীজররোই। চাওখৎপা লমশিংদুদা শিরিবা মী, তুংদা ওইরক্কদবা ময়ামদুগী ৱারীদুসু লামশিন্দুনা লীজররোই। লাইচৎসিগী অকনবা চৈথেং, মীরমদা ফংনরিবা অসিগুম্না ফংবসু নত্তবা, ময়ায় ওইরপ কনবা চৈথেং অমা ফংলিবা 'ইন্দিয়া'দা থা-খরগী তুং, শোয়দনা নংলগদবা 'চাক-তাঙবগী অকিবগী মশক ওইরবা থৌদোক অমনা তুংইন্নরক্কনি হায়বসি কনানসু খন্দবা মাল্লি। থোক্তবদি ওইসনু, অমম্বদা লৈবা ঈশ্বরদুদা খুরুমজে। অদুবু, মমাংঙৈদা থোকখিবা তমথিরবা চাক তাঙবগী ৱারীশিংদু নীংশিংলুরগা খল্লকই - কোরোনাগী এটেক্তা য়ুরোপ-অমেরিকানচিংবদা শিখিবা মীশিংদুগা চাংদম্ননা য়েংবদা ইন্দিয়াদা শিরিবা মীশিংসিদি 'নেচরেল দেথ'কা পাংখক্লি খন্না ইন্দিয়নশিংগী থম্মোয়দা চাউথোকচবদি পোল্লমগনি, ৱর্ল্ড হেল্থ ওর্গনাইজেসননসু থাগৎ ৱাহৈ ফোঙলক্লিদনা। অদুবু, হান্নদগী শোঞ্জবা ইকোনোমিসিগী শোকচিল্লবা ইকোনোমি অমদি ওইরক্লিবা 'সোসল-ওর্দর' অসিনা পুক্লিংসিদা কন্না চিংনৈ - পান্দেমিক অসিগী মতুংদা থোক্লবা য়াই থাজনরিবা 'চাক-তাঙবা' অসিদা শিবা মীশিংনা হেন্না এলার্মিং ওইগদ্রা?

অনীশুবা লাঞ্জাও মনুংদা, লানগী চৈথেংনা থোকখিবা 'ভিয়েটনাম ফেমাইন' (১৯৪২)-মীওই লাক্ষ ২০ শিখিবনি; অহানবা লাঞ্জাও মতুংদা, রসিয়ন মশেন মুক্লবা, সিভিল ৱার থোক্লকপদা লৌরোক ফেল ওইদুনা থোকখিবা চাক্তাংবদা মীওই লাখ য়াঙ্খেমুক শিখি; কুমজা ১৯৪৩, লাননা মরম ওইদুনা জপাননা বর্মাদগী বেঙ্গলদা ফুদ সপ্লাই লেপখিবা, লৌবুক্তা তীল তাদুনা বেঙ্গলদা লৌ চাদা ৯০ লোকখিদবদুনা বেঙ্গল ফেমাইন থোকখি, মী লাখ ৭০ রোম শিখি; মমাংদসু (১৭৭০) ইষ্ট ইন্দিয়া কম্পনিনা ঈকং থোক্লবা লৌবুক্তা ফৌ থাবা য়াদদুনা লৌমীনা হা-হা-কার লাউরিবদু থওইদনা লৌগী তেক্স হেনগৎহনবা, নমদুনা কানি থাহনবনচিংবা থৌশিলদগী বেঙ্গল-চাক্তাঙবা থোক্তুনা মী ক্রোর অমরোম চাবা ফংদদুনা শিখি; লৌমীনা মপু ওইজরম্বা লৌউ-পথাপ শেমদোক্তুনা মীয়ামগী লন ওইগদবনি হায়বা কম্যুনিষ্টকী লৌচা পথাপ হৌদোক্লুবা হাক্তক্তা সোভিয়েট য়ুনিয়নদা কুমজা ১৯৩২-৩৩ দা চাক তাঙবা থোক্তুনা মীওই ক্রোর অমরোম শিখিবা, লোয়ননা থৌওংসিমক চিনাদা চাইনিজ কম্যুনিষ্ট পার্টিনা হৌদোক্লুবা হাক্তক্তা মীওই ক্রোর মরি হেন্না শিখিবা ... অসিগুম্বা থৌদোকশিং নীংশিংলুরগা; ইন্দিয়াদা ঙসি লৌ উগদবা মতমদা কোরোনা ভাইরসনা মরম ওইদুনা লৌমীশিংবু ময়ুমদা ছো লোনবগুম চখোকহন্দনা থমখিবা ... ক্রোর ১৩০ হেনবা য়াম্লবা মীয়াম অমবু থা অমা-মখায় লেম্না চাবা থাকপগী থাক্তা লৈরুবা, মফম খরদদি অদুগুম্বা থৌওংদু কৈদৌঙৈ লেপকনি খঙদ্রিবা ... চেঙ-চাক নত্তবা, অতোপ্পা মখলগী অচা-অথক শাবসু পুমলেপ লেপহনখিবা, কল-কারখানা, ফেক্তরি মচা অচৌবা পুম্নমক পুমলেপ লেপহন্দুনা অচৌবা ইন্দষ্ট্রিয়েল ফেলর অমগী মায়কৈদা চঙশিল্লক্লিবা ... শুরগা চাবা শিন্মী পুম্নমক্কী শিন্থাসু লেপহনখ্রবা, পৈদুনা থম্লম্বা চীঞ্জাক্কী পুক্কে লোইশিল্লক্লবা, অনৌবা পুক্কে হাপচিন্নবা পোখোক্তুসু পুথোক্লবগী লম্বী পুম্নমক থিংজিনখ্রবা .. ফনা হৈ-শিংবা লৈঙাকপা ওইদুনসু তৌরুদৌবা করিনো ? ওইরক্লিবা ফিভমসি, ফগৎলকপা নত্তে, হেন্না ফৎচিল্লক্ত্রিবনি। কনবা ঙম্লোই কনানসু। চাক্তাঙবগী থৌদোক অমদি লৈরবনি মাঙদা তাদুনা। কোরোনা ভাইরস শীংনদুনা 'চানবা লৈতে তখেন-থাঙ' হায়দুনা চোংথোক্তুনা য়ান্নরক্কদবা মীকৃপ্পু কুইদ্রবনি।

লৌশিং পুক্কে

নুমিৎ খুদিংগী যোগ শান্নবগী কান্নবশিং

ওল ইন্দিয়া ইন্সটিটুট্যট ওফ মেদিকেল সাইন্সেস (এইমস)না চৎখিবা ষ্টদি অমগী রিপোর্ট মতুং ইন্না নুমিৎ খুদিংগী যোগ শানরবদি স্পর্মগী মগুন হেনগৎহল্লি হায়বা খঙলে। মালেমগী থাক্তা পুথোকপা মেদিকেল জর্নেল নেচর রিভিয়ু য়ুরোলোজিদা ফোঙলকখিবা ষ্টদিগী রিপোর্টনা হায়খি, দি এন এ অমাঙ অতা থোরকপদগী স্পর্ম শোকচিল্লকপনি।

এইম্সকী দিপার্টমেন্ট ওফ এনাটোমিগী এক্সপর্টশিংনা য়ুরোলোজি দিপার্টমেন্ট অমসুং ওপষ্টেট্রিক্স এন্দ গাইনিকোলোজি দিপার্টমেন্টকা খুৎশম্নরগা চৎথখিবা ষ্টদিনি। এইম্সকী এনাটোমি দিপার্টমেন্টতা লেবোরেটরি ওফ মোলিক্যুলর রিপ্রদক্সন এন্দ জেনেটিক্সকী প্রোফের-ইন-চার্জ ওইবা ডা. রিমা দাদানা হায়খি, স্পর্মদা য়াওবা জিনগী মরুওইবা মচলশিং ফরবদি মশা-মউ ফবা অঙাং ওইহল্লি। স্পর্মনবু ফত্রবদি পোল্লক্কদৌরিবা অঙাং অদুসু মশা মউ ফবা ওইদে। দি এন এদা অমাঙ-অতা থোকহল্লকপগী মতাংদা খ্বাইদগী মরু ওইবা মরমদি হকচাংদা য়াওবা ফ্রী রেদিকেলগী চাং অমসুং এন্টি-ওক্সিজেনগী চাং খল মান্নরক্তবদগীনি।

হকচাংদা য়াওবা সেলশিংগী মরক্তা ওক্সিদেটিভ ষ্টেসন্না খ্বাইদগী চাউনা অমাঙ-অতা থোকহনবা ঙম্লিবসি নুপাগী স্পর্ম সেলনি। হকচাং মনুংদা ওক্সিদেটিভ ষ্ট্রেস ওইহল্লকপগী তোঙান তোঙানবা মরম কয়ামরুম লৈ। খরদং পল্লবদা ঈশিং-নুংশিৎ মোৎশিল্লকপা, তীলহাৎ-হীদাক, ইলেক্ট্রোমেগনেটিক রেদিয়েশন, ইনফেক্সন, মৈখু শীজিন্নবা, য়ু থকপা, হকচাংগী অৱম্বা হেনগৎলকপা অমসুং মচি ওইবা চীঞ্জাক মচল শুনা য়াওদবা ফাষ্ট ফুদ তোয়না চাবা অসিনচিংবনি।

পুম্নমক অসি মীওইবনা খজিক্ত চেকশিল্লবদি ইরায় লায়না ঙাকথোকপা ঙম্বা ঙাক্তনি। ইচম চম্না পুন্সি মহিং শেমদোকপা মতমদা দি এন এগী মগুন হেনগৎলকই অমসুং মেল ইনফর্টিলিটি (নুপানা মপাগী মিংথোল ফংদবা) হায়বদু কোকহনবা ঙম্মী।

হীরম অসিগী মতাংদা এইম্সকী ডা. রিমা দাদানা হায়খি, নুমিৎ খুদিংগী চাং নাইনা যোগ শানরবদি ওক্সিদেটিভ ষ্ট্রেস হনথহল্লি, দি এন এ অমাঙ-অতা থোকহন্দে অমসুং নুপানা মপাগী মিংথোল ফংদবগী অৱাবা কোকহল্লি। থা ৬ চুপ্পা যোগ শানবা নুপা ২০০ দা ষ্টদি চৎথবদা ৱাফম অসি খঙলকপনি। চাং নাইনা যোগ শানরবদি নুমিৎ ২১ নিগী মনুংদা সেমিনেল ওক্সিদেটিভ ষ্ট্রেস হনথহনবগা লোয়ননা থা ৬ কী মনুংদা দি এন এগী মগুন হেনগৎহল্লি। পুক্লিং ৱাখল লৈতাহনবগা লোয়ননা স্পর্মগী মপাঙ্গলসু কনখৎহল্লি। ফ্রী রেদিকেলগী চাং হনথহন্দুনা দি এন এ অমাঙ অতা থোকহন্দবা মরম্না অহল ওইশিলহন্দে হায়রি।

মতম অমদা থৌশানরমদ্রবসু হৌখিবা চহী ১০ রোমগী মনুংদা মীয়াম্না যোগ পাম্নবগী চাং ৱাংখৎলকখি। যোগগী মরমদা কান্নবশিং খঙনরকপদগী দোক্তর অমসুং মেদিকেল প্রোফেশনদা লৈরিবা মীওইশিংনা মীপুম খুদিংমক যোগ শানহন্নিংবগী ৱাফম ফোঙদোরকখি।

যোগ হায়বসি মেদিটেশন তৌদুনা, নিংশা হোনবগী মওং কন্ট্রোল তৌদুনা অমসুং তোঙান তোঙানবা মওংদা শাজেল তৌদুনা পুক্লিং ৱাখল অমদি হকচাং মরী লৈহনবগী থৌওংবুনি হায়না অখণ্ড-অহৈশিংনা ফোঙদোক্লি। পতাঞ্জলিনসু যোগ হায়বসি পুক্লিং, ৱাখল অমদি হকচাং ফাথদুনা কয়াৎ খুদিংমক মথৌ নীংথিনা পাঙথোকহন্নবগী পান্থৈনি হায়রি। কনাগুম্বনা মরম ইচা চাদনা খুৎশা অমুসং খুৎকী পাঙ্গল শোন্থরক্তুনা পোৎশক অমত্তা খুৎপায় চেৎনা পায়শিনবা ঙমদবগী খুদোংচাদবা হেক হেক মায়োক্লে। চাং নাইনা যোগ শানরবদি খুৎপায় চেৎহল্লি অমসুং কার্পেল টনেল সিন্দ্রোম নারবা মীওইশিংদা চৈনাখোল হন্থহল্লি। যোগদা য়াওরিবা নিংশা হোনবগী শাজেলনা অজমাগী লাইওংশিং খরমখৈ হন্থহনবা ঙম্মী। যোগনা তাং-তাং লেঙথোক-লেঙশিন নুংঙাইহনবগা লোয়ননা অরথ্রাইটিস নারবা মীওইশিংদা চাউনা কান্নবা মী। নরভস সিষ্টম ফহনন্দুনা নর্ভকী মপাঙ্গল কলহনবা মরম্না মল্টিপল স্কলেরোসিস লায়েংবদা মতেং পাংই।

যোগনা রেদ ব্লদ সেল মশীং হেনগৎহনবা মরম্না পাঙ্গল কনখৎহল্লি। কেন্সর নারবা মীওইশিংদা কেমোথেরাপিনা থোকহনবা খুদোংচাদবশিং খরমখৈ হন্থহল্লি। মস্কুল দিষ্ট্রোফি নারবা মীওইশিংনা হৌগৎলকপদা যোগ শান্নরবদি হকচাংগী মথৌ নীংথিনা তৌহনবদা মতেং পাংই। ঈগী ঈচেল ফগৎহনবগা লোয়ননা কোক্তা ওক্সিজেন অমসুং ন্যুট্রিয়ন্টশিং ফংহনবা মরম্না মাইগ্রেনগী অৱাবা হনথহল্লি। তোঙান তোঙানবা মওংদা হকচাং লেঙদুনা শাজেল তৌবা মরম্না ফিভম চুম্না লৈহল্লি। নঙ্গলদা য়াঙলেন শৱ্দ মওং চুম্না লৈহনবদগী খ্বাঙ নাবা ফহল্লি। যোগ শানবা মীওইশিংগী ফেলোপিয়ন ট্যুব ফুলহন্দে, রিপ্রদক্টিভ সিষ্টম ফহল্লি অমসুং থাগী খোঙকাপ লেপখিবদা মায়োক্লবা খুদোংচাদবশিং কোকহল্লি।

যোগ শানবগী ইহান হানবা কান্নবদি ঈগী ঈচেল ফগৎহনবনি। ঈগী ঈচেল ফরবদি হকচাংগী কাচিন কোয়া শীনবা থুংনা ওক্সিজেন অমসুং ন্যুট্রিয়ন্টশিং য়ৌবা মরম্না কয়াৎ পুম্নমক মপাঙ্গল কলহল্লি অমসুং উনশা ফজহল্লি। চাং নাইনা যোগ শানবা মতমদা পুক্লিং-ৱাখল লৈতাহনবা মরম্না ব্লদ প্রেসর অমসুং মীহুন চোংবগী চাং হন্থরকই। হকচাং মনুংগী কয়াৎশিং মপাঙ্গল কনখৎলক্তুনা অনা-অয়েক য়াওহন্দে।

ষ্টদি খরগী রিপোর্টতা দাইজেষ্টিভ সিষ্টম ফহল্লি অমসুং চাবা তুমদবগী পুক নংশিৎ কাবা অমদি চাকখাউগী অনাবশিং কোকহল্লি হায়বা খঙলে। সেল খুদিংমক মপাঙ্গল কনখৎহন্দুনা ইম্যুন সিষ্টম ফগৎহনবা মরম্না অনা-অয়েক য়াওহন্দে। মতম শাংনা লোয়নদুনা লাক্লবা লায়নাগী চৈনাখোল হন্থহনবগী মথক্তা অনাবা খাঙবা ঙম্বগী চাংসু হেনগৎহল্লি। হকচাংগী অৱম্বা হেনগৎহন্দনবা চাশিনখিবা চীঞ্জাক্তা বর্ন তৌখিবা কেলোরিগা খল মান্নহনবা মথৌ তাই।

যোগনা মেটাবোলিজমগী খল কায়হন্দে অমসুং হকচাংগী অৱম্বা চাং চপ তানা লৈহল্লি। নরভস সিষ্টম তপথহনবা মরম্না পুক্লিং-ৱাখল ফাথবা ঙম্মী অমসুং খোয়রাং-খোয়শাওনবা ফহল্লি।

কোংবা মরুগী শেংলবা লাইফল্লেন্দা হৌরিবা লাইওইরবা উ য়ান্থৎলম্বা লাইবক থীবা থৌদোক্লি, অকনবা চৈরাক পীগদবনি : সিকো

ইম্ফাল, এপ্রিল ২৯ (ঐচএনএস): কোংবা মরু লাইফল্লেন্দা হৌরিবা লাইওইরবা উ য়ান্থৎলম্বা অকনবা চৈরাক পীগদবনি হায়না সাউথ ইষ্ট এসিয়া কলচরেল ওর্গনাইজেসন (সিকো)গী সেক্রেটরি জেনরেল ইবোচৌবা খাঙানবনা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা হায়, কংলৈপাক্কী ষ্টেট ট্রী ওইরিবা উনিংথৌ পাম্বী হন্দক লোকদাউন মনুংদা মশক খঙদবশিংনা য়ান্থৎপা হৌরম্বসি লাইবক থীবা থৌদোক্লি। চহী ১৪ রোমগী মমাঙদসু অমুক থোকখ্রে। ইম্ফাল ইষ্টকী কোংবা তুরেল হৌরকফম ওইরিবা কোংবা মরু হায়রগসু মীয়াম্না খঙনবা অসিগী চীংগী লোকচপ অমদা হৌবা অরিবা উ মচিন-মনাও অসিবু মাঙহল্লগে হায়দুনা য়ান্থৎলকপসি ঐখোয়গী নাৎ, লাইনিংদা অচৌবা শিংনরকপনি। কুমজা ২০০৬তা থোকখ্রগা হন্দক অমুক হঞ্জিন্না থোরক্লিবসি করিনো অমা লৈরে। উ অসিবু কোয়শেন শেন্নবা মী য়াওরে।

য়াম্না লিরবা লাইওইরবা নাৎকী শক্তাক খুদম অমসু ওইরিবা উ পাম্বীবু য়ান্থৎলম্বা হায়বসি ঐখোয়গী ইনাৎ লাইনিংদা থাঙনা য়াল্লকপনি। ঐখোয়গী নাৎ, লাইনিং মুখৎনবা হোৎনরকপনি। কোংবা মরু লাইফল্লেন্দা হৌরিবা লাইওইরবা উ অসি য়ান্থৎলম্বগী থৌদোক লৈঙাক্লা তরাইনা লৌফম থোক্তে। মসি কনানা অমদি করম্বা মতমদা য়াল্লনল্লিবনো হায়বদু থিদোক্কদবনি। অথুবা মতমদা উ য়াল্লনল্লিবা মীওইশিং অদু ফারগা মীয়াম খঙনা অকনবা চৈরাক পীগদবনি। অদু নৎত্রগদি তুংদসু অসিগুম্বা কয়া থোক্লকখিগনি।

হায়রিবা উ অসি ইরমদমগী ষ্টেট ট্রী অমসু ওইরিবনি। ষ্টেট ট্রীবু মাঙহন্নবা হোৎনরকপা হায়বসি ঐখোয়না তরাইনা লৌফম থোক্তে। তরাইনা লৌগদবা ওইরগদি ষ্টেট ট্রী থম্লগুমসি। ষ্টেট ট্রী থমদ্রগদি ঐখোয়গী ষ্টেট ট্রী হংলকপদা লৈতে হায়না খুম্বা তাবনি। অতোপ্পা ষ্টেটশিংগী মমাঙদা ষ্টেট ট্রী ওইরিবা উনিংথৌ য়ান্থৎলম্বা হায়বসি য়াম্না ঈকায়নিংঙাইনি। পাল্লিবা লৈঙাক্লা ষ্টেট ট্রী ওইরিবা উনিংথৌ ঙাক শেনগদবনি। মফম খূদিংদা থাগদবনি। লমদমসিগী মীয়াম্না য়াম্না লুনা লৌরিবা কোংবা মরু লাইফল্লেন্দা হৌরিবা লাইওইরবা উ অসিবু হেক্তা য়ান্থৎলম্বা হায়বসি মৈতৈ খুন্নাইদা য়াম্না অচৌবা শিংনবা অমনি। মৈতৈ খুন্নাইগী নাৎকী পুক্কেদা ইচাক-ইরলদা লান্দারকপা অসি কনা-কনানো নৎত্রগা শেন্দোংগী খল্লগা উ য়োন্নবা হোৎনরল্লিবরা হায়না থিগৎকদবনি। মখোয়বু ফাবা ঙম্নবা হোৎনগদবনি।

কলচরেল ভেল্যু লৈরিবা লাইওইরবা উ অসিবু য়ান্থৎলল্লিবা মীওইশিংদু ফাবা ঙম্বা মীওইদা লৈঙাক্ল। মতিক চাবা এৱার্দ পীগদবনি। কমদৌনা অনীরক হন্না থৌদোক অসি থোক্লিবনো হায়বা থিগদবনি। কুমজা ২০১৭গী এপ্রিল ২৮দা ইরমদম কংলৈপাক্কী মফম খূদিংদা লৈরিবা চীং অমদি তমগী মৈতৈগী লাইফমশিং, পুৱারীগা মরী লৈনবশিং কোয়না ঙাক শেল্লগা থম্নবা আর্ট এন্দ কলচর মিনিষ্টর, মতম অদুগী চীফ সেক্রেটরিনচিংবদা মেমোরেন্দম পীখ্রবনি। মেমোরেন্দম পীখিবসি ঙসি ফাওবদা চহী ৩ ফারে। কদায় ফাওবা মায় পাক্লা থবক্তা ওন্থোক্লবগে হায়বসি হংবা য়াবা ৱাফমনি। পাল্লিবা লৈঙাক্লা হীরম অসিগী মতাংদা য়াম্না অথুবা মতমদা মফম অসি য়াওনা ইরমদম অসিগী অরিবা লাইফমশিং, পুৱারীগা মরী লৈনবশিং অমদি ইনাৎ লাইনিংগা মরী লৈনবশিং ঙাক শেনগদবনি। তুং কোয়না ঙাক শেল্লগা থমহৌদ্রগদি তুংদা নীংবা কায়বা অৱাবা কয়া থোরক্লোই হায়নিংঙাই লৈতে হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তারি।

যুগেশ্বর ৱাইখ্বা নীংশিংখ্রে

ইম্ফাল, এপ্রিল ২৯ (ঐচএনএস): জুনিয়র সোসল সাইন্টিষ্ট হব, ককচিংনা শীন্দুনা ঙসি ককচিং পাজি লৈকায়দা লৈবা নর্সিং ঠাকুর মান্দবতা পাঙথোকপা থৌরম অমদা হন্দক্তা তাইবংপান থাদোকখিবা থৌবাল অচৌবদা লৈরম্বা শক্লাইরবা অশৈবা যুগেশ্বর ৱাইখ্বা নৌহৌননা নীংশিংখ্রে।

নীংশিং থৌরম অদুদা বীরমঙ্গল পুখ্রম্বমনা শৈরেংগী কাউঙমদ্রবা খোঙচৎ, অশৈবা যুগেশ্বর উনবা হায়না মিংথোনবা মেমোয়র অমা পদ্মা রত্না ইংলিস স্কুলগী মহৈরোয় পুখ্রম্ব জেনিতানা ফোঙখি। বীরমঙ্গল পুখ্রম্বমনা অশৈবা যুগেশ্বর ৱাইখ্বনা থম্বীরম্বা সাহিত্যগী পোখোকশিং শীংথাদুনা ৱা ঙাংখি। থৌরমদুগী শরুক অমা ওইনা অঙানচীং ইকো পার্ককী এরিয়াদা অশৈবগী নীংশিং খুদম ওইনা সনা খোংনাং থাখি হায়রি।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ৩০।০৪।২০২০ ইং, শগোলশেল; নুংথিল পুং ২.৪০ ফাওবা কালেনগী ৭নি পাল্লি, মতুং ৮নি পাল্লনি।

মেষ : থবক পাংবা, পন্দুনা লৈরুবা শেল-থুমগী লম্‌দা তকশিনবা কান্নবা অমদি পাউ নুংঙাইবা তাজবা ফংগদবা নুমিৎনি। হেন্না অশা চাওগনু, মরুপ্না কল্লকই।
লৈশা পাখংশিংগী - পূক্লিং ৱাগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

বৃষ : হরাওবা নুংঙাইবা, শেল-থুমগী লম্‌দা মায় পাকপা, মীয়ামগা অফবা মরী লৈনবা অমদি য়েক্লবনা লাকশিনবা ঙমজবা নুমিৎনি। নরলদদি হুরানবনা য়েংথি।
লৈশা পাখংশিংগী - মীৱা থাজগনু।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

মিথুন : মাঙলোমদা চঙশিনবা কান্নগনি-মদুনা শেল-থুমগী লম্‌দসু ওইজবা ফংগনি। লৈঙাকলোনগী থবক্তা মায় পাক্কনি, মীকোক থোংগনি। য়েক্লবনসু তাথি-ফিংগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - তপথৌ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

কর্কট : নীংবা মপা চাগনি, মীচংসু য়াম্না লৈগনি অমদি অনৌবা অশা লাক্কনি। নঙগী ওইবা মী লোয়নবা কাউগন, পাংঙমদবা থবক লায়না পাংগনি। য়েৎনবদি য়াদে।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবনা চাল্লি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

সিংহ : অরাপ্পদগী কান্নবা ফংজবা অমদি মীয়ামগী মতেংনা কান্নবা থিবদা চাউনা মায় পাকচবা নুমিৎনি। হন্থবনা ৱাহনবা অমদি লৌশিং থোকপা ৱাৎপা লৈগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক ফবা ৱাৎলি।
থৌনি পোৎলম : লৈ নাপু/য়াইঙং।

কন্যা : অনম তানবা অমদি নাইতোম ৱারেপ লৌবনা খুদোংথীবা নংবা য়াবা লৈ। অদুবু নোল্লুক্লা চৎলবা অমদি লাই-গুরুগী ৱা তারদি মায় পাকপা শোয়রোই।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবনা চানবীগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

তুলা : থবক পাংগনি, ৱাখল থোকপা নুমিৎনি অমদি নীংবা মপা চাগনি। লল্লোন ইতিক্তসু কান্নগনি অমদি মীচং লৈগনি। অদুবু অঙম্বনা য়েংশিনবদি লৈগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশি মরী ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/হিগোক।

বৃশ্চিক : মীংচৎ ফংগনি, অরং-অরাক ফংগনি অমদি ঙাঙথোকপদা পকচগনি। অদুবু মরুপ অমদি নক্লবনা য়েংথীবা লৈ অদুনা খাংবা কল্লু, চরাংনগনু, পংশিন্নৌ।
লৈশা পাখংশিংগী - মতম ঙাইবা ফৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

ধনু : পূক্লিং ফাথবা অমদি নোল্লুকপা হায়বসিনা তুংদা মায় পাক্লবগী পান্থৈনি খঙনা চৎলদি অশিংবা তাগদবা নুমিৎনি। অঙম্বনা য়াদবা তৌগনু, হেন্না অশা চাওগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবগী ৱাতমক তাউ।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/হিগোক।

মকর : নীংবা খ্বাইদগী হেন্না থুংজবা নুমিৎনি। ইমুং-মনুং ৱাখল তামিন্নবা অমদি তান্নরগা পাংবা খুদিংমক লেম্নমক মায় পাক্কনি। খোইরাংবদি লৈ, মরুপ চেকশিল্লু।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবা ফংই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

কুম্বা : মীচং হৈগনি, শেল-থুম কান্নগনি অমদি মীংচৎ ফংগনি। তুংগী পোরমসু য়াৎথোকপা য়াগনি অমদি ঙাঙবা শকপা হৈগনি। হকচাংদি নুংঙাইবা ৱাৎলি।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

মীন : হেন্না থাজগনু। য়েৎনরম্বদি কোক্কনি অমদি পন্দুনা লৈরম্বা কোকচবগী নুংঙাইবসু ফংগনি। পাউ ইনুং নুংঙাইতবা অমদি তুমিন্না লৈবনা শাফগদবা নুমিৎনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংবা মপা চাদে।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।

উখ্রুলগী তালুইগী সেল্ফ হেল্প গ্রুপনা পুথোকপা ওর্গানিক চনম ঙসি লোঞ্চ তৌখ্রে

ইম্ফাল, এপ্রিল ২৯ (ঐচএনএস): মণিপুর ষ্টেট কম্মিসন ফোর ৱিমেননা প্রমোটর ওইরগা উখ্রুল দিষ্ট্রিক্টকী মনুং চন্না লৈবা তালুই খর্ঙাগরম সেল্ফ হেল্প গ্রুপনা পুথোকপা ওর্গানিক চনম ঙসি লোঞ্চ তৌখ্রে।

শিংজমৈ চিংঙামখা ওইনাম লৈরক্তা পাঙথোকখিবা থৌরম অমদা ওর্গানিক চনম অদু ইম্ফাল ইষ্টকী দি সী রঙ্গিতাবলি ৱাইখোম, মণিপুর ষ্টেট কম্মিসন ফোর ৱিমেনগী চ্যেরপর্সন ডা. মৈনম বিনোতা, মণিপুর পব্লিক সর্ভিস কম্মিসনগী চ্যেরমেন রিটয়ার্দ লেফটনেন্ট জেনরেল এল নিশিকান্তা, ইম্ফাল ৱেষ্টকী এস পি য়াওনা লোঞ্চ তৌখি।

থৌরম অদুদা ৱা ঙাংলদুনা ইম্ফাল ইষ্টকী দি সী রঙ্গিতাবলি ৱাইখোমনা ফোঙদোকখিবদা, মণিপুর ষ্টেট কম্মিসন ফোর ৱিমেননা প্রমোটর ওইরগা ওর্গানিক ওইবা চনম পুথোকপগী মীৎয়েং চঙলকপসি য়াম্না অফবা খোঙথাং অমনি। উখ্রুলগী তালুই খুনদগী সেল্ফ হেল্প গ্রুপ অসিনা লমদম অদুদা ওর্গানিক ওইনা পুথোরক্লিবা অসিগুম্বা পোখোক অসি পূক্লিং থৌগৎপা তাই। পোখোক পুথোকপগী লমদা খুন্মাং চাউশিনহন্নবা হোৎনবা চঙই হায়নসু মহাক্লা ফোঙদোকখি।

থৌরম অদুগা মরী লৈননা ৱা ঙাংলদুনা মণিপুর ষ্টেট কম্মিসন ফোর ৱিমেনগী চ্যেরপর্সন ডা. এম বিনোতানা হায়খি, ৱিমেন কম্মিসন্না নুপী-অঙাংশিংগী জষ্টিসকীদমক থবক কয়া তৌবগা লোয়ননা ইকনমিক ইম্পৱারমেন্ট পীবা হায়বসি য়াম্না মরুওইবা শরুক অমনি। কম্মিসনগী চৎন-কাঙলোন্দা হীরম অসিগী মতাংদা অদুম্মক য়াওরি। নুপী-অঙাংশিংবু ফীভম ফনা থম্বা হায়বসি য়াম্না মরুওইবা অমনি। মণিপুর ষ্টেট কম্মিসন ফোর ৱিমেনগী মায়কৈদগী শেল খরা উখ্রুলগী সেল্ফ হেল্প গ্রুপ অসিদা তেংবাং পীদুনা চনম থাহনবনি। ওর্গানিক ওইবা মওংদা চনম থাদুনা ঙসিদি চাং য়াম্না পুথোকপা ঙল্লে। লুপা লিশিং ৫০ রোম থাদরগা চনম থাখিবা অদুনা পোখোক ওইনা পুথোরকপা মতমদা লুপা লাখ ৩.৭ রোমগী শেনফম মখোয়দা কান্নজবা ফংলে। মসি য়াম্না মরুওইবা অমনি হায়নসু মহাক্লা ফোঙদোকখি।

থাগৎপা ফোঙদোরক্লি

ইম্ফাল, এপ্রিল ২৯ (ঐচএনএস): কোন্থৌজম এ সীগী কৈথেলমানবী খুনদা লৈবা মীওই অমগী চেঙ ফংদ্রি হায়না কোন্থৌজম লোকল কাউন্সীল সী পি আইদা ৱাকৎলকপদগী মীদিয়াগী থোঙদা হাপ্লবা তুংদা মীওই অসিগী চেঙ, হৱাইনচিংবা থুংফম থোকপা পোৎলমশিং য়ৌহনবীরক্লে। মসিগীদমক থাগৎলি হায়না সী পি আই কোন্থৌজম লোকলগী জেনরেল সেক্রেটরি ডা. কে ঐচ থোইবনা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

এম এল এ অমদি মরী লৈনবা ওথোরিটিনা শীন্দুনা পোৎলমশিং য়ৌহল্লক্লে হায়না মীওই অদুনা সী পি আইদা পাউ পীরক্লে। মশাগী য়ুম অসি অনৌবা য়ুম ওইবদগী পাউ ফাওনবা ৱাৎপনি হায়রমখি। ফংফম থোকপা পোৎলমশিং ফংবগী পাউ তাবদা নুংঙাইবা ফোঙদোক্লি হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তারি।

পন্দুনা লৈরিবা মহৈরোয়শিংগী একাউন্টতা শেল হাপ্পা হৌরে : খম্বা

ইম্ফাল, এপ্রিল ২৯ (ঐচএনএস): খুরাই এ সীগী মনুংদা লৈবা মহৈরোয়শিংগী মরক্তগী মপান ষ্টেটশিংদা পন্দুনা লৈরিবশিংগী একাউন্টতা লুপা লিশিং ১/১ হাপ্পা হৌরে হায়না সোসল ৱার্কর খাগোকপম খম্বনা ফোঙদোকখ্রে।

কোংপালদা লৈবা মশাগী য়ুমদা পাউমীশিংগা উনবদা খম্বনা হায়খি, ভিজন খুরাই ২০২২গা খুৎশম্নরগা মপান ষ্টেটশিংদা পল্লগা লৈরিবা খুরাই এ সীগী মহৈরোয়শিংগী একাউন্টতা শেল হাপ্পা হৌবনি। এ সী অসিগী মপান্দা পন্দুনা লৈরিবা মহৈরোয়শিংদা মখা তানা হাপখিগনি। অহানবা ফেজগী ওইনা মীওই ৫৫ রোমদা হাপ্পা হৌখ্রে। মমা-মপা ওইবশিংনসু ভিজন খুরাই ২০২২দা পাউ পীবীরকউ। মমা-মপা ওইবশিংনা মপান্দা লৈরিবা মচাশিংগী অকুপ্পা ৱারোলশিং অদু খঙহল্লকপগা লোয়ননা একাউন্ট নম্বরশিং পীবীরক্তুনা শেল হাপ্পা অসি খুন্মাং চাউশিনহন্নবা হোৎনমিন্নসি।

মখা তানা একাউন্টতা শেল হাপ্পগী থবক চৎথখিগনি। এদ্যুকেসন হায়বসি য়াম্না মরুওইবা অমনি। চাউখৎপা খুন্নাই অমা পুরকপদা এদ্যুকেসন চঙই। এদ্যুকেসন য়াওদনা চাউখৎপা খুন্নাই পুরকপা য়াদে। মহৈরোয়শিংবু য়োকখৎপদা অখন্নবা মীৎয়েংগা লোয়ননা মতেং পাংবীবা তাই। হৌজিক কোরোনাভাইরসকী লাইচৎ অসিনা মরম ওইরগা অৱাবা কয়া মায়োক্লরিবা অসিদা মতেং পাংবনি হায়নসু মহাক্লা ফোঙদোকখি।

খুরাই অঙাওবী হায়রিবা ফিল্মসি মতম কক্তনা অথিংবা থল্লে : ফোরম

ইম্ফাল, এপ্রিল ২৯ (ঐচএনএস): খুরাই অঙাওবী হায়রিবা ফিল্ম অসি মতম কক্তনা অথিংবা থল্লে হায়না ফিল্ম ফোরম মণিপুরগী চ্যেরমেন এস মঙ্গোলজাওনা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা হায়, মণিপুরী ফিচর ফিল্ম খুরাই অঙাওবী হায়রিবা অসি ফিল্ম ফোরম মণিপুরগী চৎন-কাঙলোন ঙাক্তবগা লোয়ননা খুরাইগী মীয়াম্না পেন্দবগী ৱাকৎ কয়া থল্লক্লি। মসিনা মরম ওইরগা ফিল্ম অসি ফোরমনা মতম কক্তনা অথিংবা থল্লে। খুরাই অঙাওবী হায়রিবা ফিল্ম অসি সিনেমা হোল, লম্পাক্তা কাপ্পা অমদি দিস্ক ওইনা য়োনবসু য়ারোই। ৱাফম অসি কনাগুম্বনা ইন্দবা তারবদি ফোরমনা অকনবা মীৎয়েং চঙগনি হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তারি।

ষ্টেটশিংদা পন্দুনা লৈরিবশিংদা মতেং পাংনবা খঙহনখ্রে : সী পি আই

ইম্ফাল, এপ্রিল ২৯ (ঐচএনএস): ষ্টেট কয়াদা পন্দুনা লৈরিবা মণিপুরীশিংদা মখা তানা মতেং পাংনবা সী পি আইগী সেন্টর লুচিংবশিংদা মণিপুর ষ্টেট কাউন্সীল সী পি আইগী সেক্রেটরি সোটিনকুমারনা খঙহনখ্রে হায়না সী পি আই মণিপুরগী এসিষ্টেন্ট সেক্রেটরি জয়কুমার লুৱাংনা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা হায়, সী পি আইগী জেনরেল সেক্রেটরি দি রাজাদা মণিপুর ষ্টেট কাউন্সীল সী পি আইগী ষ্টেট সেক্রেটরি এল সোটিনকুমারনা চেরোল অমা থাখ্রে। কোভিদ-১৯গী ফীভম অসিদা সী পি আইনা ষ্টেট, দিষ্ট্রিক্ট অমদি লোকলগী থাক্তা মোনিটরিং কম্মিটিশিং শেমদুনা লোকদাউন মনুংদা মীয়াম্না মরুওইনা শু-নোমদুনা হিংলিবা মীওইশিংনা থেংনরিবা অৱাবা চৈথেংশিং কোকহনবা ঙম্নবা লৈঙাক্তা নোংমগী চঙদবা য়াদ্রবা পোৎলমশিং লোয়ননা কোভিদ-১৯দগী ঙাকথোক্লবা মাস্ক, সেনিটাইজরনচিংবা ফংহন্নবা তকশিনখ্রে।

ইন্দিয়াগী তোঙান তোঙানবা ষ্টেটশিংদা মণিপুরদগী মহৈরোয়শিং অমদি মাইগ্রেন্ট ৱার্কর লিশিং ৪০ রোম লৈরি। মখোয়দা চান-থক্লবা অমদি শেলগী মতেং পীনবা তকশিল্লি। ষ্টেট অসিদা মতিক চানা ক্বারিন্টিন সেন্টর হাংলবা মতমদা মপান্দা লৈরিবা মণিপুরীশিং পুশিল্লক্লবা তকশিনখি। অৱাং নোংপোক্কী মীওইশিং হৌজিক রেসিএল দিস্ক্রিমিনেসনগী অৱাবা মায়োক্লরি। ষ্টেট অমদি য়ুনিয়ন টেরিটোরিশিংদা লৈরিবা পার্টিগী ষ্টেট কম্মিটি অমসুং মাস ফ্রন্টশিংনা মফম অদুদা লৈরিবা মণিপুরীশিংদা পাংবা য়াবা মতেংশিং পীনবা অথুবদা খঙহনখিনবা হোৎনবীয়ু। ষ্টেট কয়াদা লৈরিবশিংদা মতেং পাংখিবশিংগীদমকসু থাগৎলি হায়রি।