থম্মোয় পাউদম | হুইয়েন ইন্দু

অনৌবা তোকঙা মপাল শারকপা

মণিপুরগী লৈরক-খুল্লক, সহর অমদি খুঙ্গং অনীমক্তা লৈরিবা চা থকফম (হোটেল) মচা-মচাশিং অসি লৈবাকসিগী সোসল অমদি পোলিটিকল ইস্যুশিং অসিগী নৈনশঙ অমমমগুম্বনি। তম্পাক-লমসিখক্তা নত্তে চীংগী দিষ্ট্রিক্ট হেদক্বার্টরশিংগী চা-থকফমদসুনি। বি জে পি, কোংগ্রেস, এম পি পি ওর্গনাইজেসনেল ক্রাইসিসতগী হৌরগা, এম এল এ/মিনিষ্টরশিংগী শেঞ্জা থুমজা, চীফ মিনিষ্টরগী মথক্তা এম এল এশিংগী লালহৌ, কনানা করি অশোয়বা তৌবদগী লালহৌ ওইনা হৌরকখিবা ... পূম্নমকসিগী অকূপ্পা পাউ, পাউচেশিংদা পাবা ফংলোইদবশিংদু খঙবীনীংলবদি চা থক্লিংদ্রবসু হোটেলদা ঙাইহাক থোক্তুনা, পাউচে (খবর) অমা মকোক্তগী লোইবা ফাওবা, এদভর্টিজমেন্ট ফাওবা য়াওনা পাথোক্লগা তাবীয়ু লোকল এক্সপার্টশিংনা পীবা মত। বেবিম্না মীশিগী লংলা-লংজিন মখোয় লোইনা খঙবনি, মীহাৎপা কনানো হায়বদুসু খঙবনি, পুলিসনা হায়দোক্তবা ৱাদুসু মফমদুদই তাবা ফংগনি।

পোলিটিকল ওইবা ইস্যুদসু অদু মঙায়। চুম্লনুদনা হায়রবসু, মখোয়না হায়নবা ৱা চুম্লকপসু ময়াওই। খুদম ওইনা, 'চীফ মিনিষ্টর শিন্দোকউ' হায়বা লালহৌসি, কন্সটিট্যুসনেল ক্রাইসিস অমা মায়োক্লদনবা, হায় কম্মান্দগী য়াথং মতুংইন্না এসেমব্লি সেসন অমা ওগষ্ট ২৬-২৭তা কৌরিবসিফাওবদি মনা-মনিল নাইরনু, এসেমব্লি লোইরগা খন্নরসি হায়দুনা থেম্বনি, এসেমব্লি হেক লোইবগী নোংঙানবগা মখা চথরক্কনি হায়নখিবদু চুম্লকপগুম তৌবসিনি। মতম খরা ঈংলুরবা ইসু'সি 'হোটেল-নৈনশঙ' ময়ামসিগী নৈনবই হীরম ওইরক্লে।

ঙরাংদি অয়ুক অঙনবা নাগা-মপাল-বিহারি-হোটেল, মোর্নিং-ৱাকিং-পার্টি-দিসকসন সেন্টরগী রিপোর্টর অমনা খ্বাইদই নৌবা রিপোর্ট অমা পুরকখি ... সী এম সিনবই লানজাও অসি অমুক মখা চথরক্লে, হন্দক্তি অরোইবী তৌনদৌরিমাল্লে ... মণিপুরগী নাকপাক অনীসিসু মাগী মাগী ফিরেপ অমত্তা হোংনদে, য়াদবা মশীংনা হেল্লবদি নম্বর গেমনিনা হান্না চঙদুনা লৈখ্রবা মান্নদবা পার্টিদুগী অতোপ্পা তরাহুমদোই অমগসু চঙননবা শেম শারে হায় ... আ সেন্টরগী লুচিংবশিং অদুসু, মখোয়গীদি খনখ্রবা লুচিংবা অদু শিন্দোকপা চৎনদে নীংথিনা হায়নবা য়াদ্রবদি এনিমেটেদ সস্পেন্সন'দা থমদৌ শরুক প্রজাগী ফ্রেস মন্দেদ লৌনবা এসেমব্লিসি থোক দিজোল্ল তৌরকপা য়াই হায়রিয়ে, হৌজিক্কী ফীভমসিদা নৌনা মীখল তৌরবদি বি জে পি'না এবসোল্যুট মেজোরিটি ফংগনি হায়বসি মখোয়না চেৎনা থাজবনা...।

রোদ-সাইদ-নৈন-মীফম অদু লৈঙাক অসি য়ানীংদবা, মায়োক্তা লৈবা মীসু য়াওরম্মী। নহানমখৈ ৱা ঙাঙদবা, অহল ওইরপ তৌবা, চীং-লেম্বা নুপা অদু নুমিত্তুদদি ৱা ঙাঙলকখি। 'হৌজিক, লৈঙাক্কী মখোঙ নোম্লিবসিদি মরালনা মপোৎ ফাবননি... সিবু লৈঙাক-সাসন কৌবরা ... মন্ত্রিনা লৈঙাক পায়রিবরা, ইমুং-মনুংগী মীনা পায়রিবরা, মফম-মরাং খঙদবা ... মীবুদি করপসন তৌই মহায়বা, তেন-পর্সেন্ট হায়বা মিংথোল পীবীখিবা লীদরদুনা ইফোং ফোংনা 'সীদি ত্বেন্টি পর্সেন্ট গভর্ণমেন্টনি' হায়খিবদুই প্রমান লৈ ... চহী অহুমফাওবা মপৃং ফানা ঙাক্লিঙৈ লুচিংবা শিল্লু হায়রক্লি বসি ওপোজিসন্না নত্তে, মশামক্কী পার্টি এম এল এ'শিংননি, সিদবু করম্বা ৱাখল তাবা প্রজানা নৌনা শক্তি শিন্নরক্কদৌরিবনো... ওইরক্লিবা রিঅলিটি ময়াম অসি য়েংলগা, ঙসিগী ফীভম অসিদা নৌনা মীখল থেংনরবা, ফক্লাংদা লৈতুম্না থাবনি - বি জে পি তোরা তুগনি, কোংগ্রেসনা মেজোরিটি ওইগনি'...।

'শানা শিবনা খোঙ্গুলদা, মীনা শিবনা চিন্দা' হায়নরম্লিবসি মরমসিনা ওইবা তাই। মীওইবগী চিন্না ঙাঙনরিবা ৱাসি অঙকপনি। ৱাচুম শৃবা যুধিষ্টিরগুম্বা ঙাক্তা ওইরম্লবদি মীওইবগী খুন্নাইসি ঈংবা-তপ্পা-চাওখৎপা, মীহাৎ-মীপূন লৈতবা খুন্নাই অমা শোয়দনমক্কী ওইরমগদবনি। অমনা অমদা ৱারৌবা, খৎনবা চৈনবা লৈরম্লোইদবনি। মীগী-মীৱা হায়বসিমক্তবু অফবা ৱাদি ঙাঙনদেদনা। মীগী ফত্তবা, অথীবা মতৌদুতনি মীৱা ওইনা ঙাঙনরিবা। ঈংনা-তপ্পা, নুংশিননা পানমীন্নবা য়ূম্বান্দুদি কনানসু ৱারীনদে। ঙাইহাক লৈতা লাউনবা, মপাম তোয়না চৎনবা, তোয়না তোয়না খাইনরবা অদুগুম্বা মতৈ মনাওগী য়ূম্বান্দুনি লৈকায়দুগী ৱারীনফম। বিরেন্না লুচিংবা লৈঙাকসি খুল্লক-ইরক হোটেলদা ৱারীনফম ওইরকপগী মরম অমা লৈরম'নি।

এসেমব্লি দিজোল্ল তৌরগা হৌজিক মীখল তৌরদি কোংগ্রেস'না মেজোরিটি ওইগনি হায়বা অমা য়াওরকপদুদা নুপী-অঙাং-লৌরী-য়ুম্ফম কাদা শোকপগুম শোকপা অমসু য়াওরম্মী। 'কদাইদই করম্না ওইদৌরিবা, হায়য়ুনে ... ষ্টেটসিগী ৱাদি তোকখিসি, নেসনল লেবেলদা - সেন্ট্রেল ৱার্কিং কম্মিটিদুদা ফাওবা প্রসিদেন্ট ওইবীনবা লৈত্রবা পার্টিনি, কনাগী লীদরসিপ'তা থাজদুনা প্রজানা ভোট পীরক্কদৌরিবনো... কাং খোং চাইরবা, মৃৎকদৌরবা পার্টিনি হায়বা খঙবদুননি ঐখোয় শ্বায়গী এম এল এশিং মতাং চারিঙৈ চোংথোকহৌরিবা, চোংথোক চোংশিনগী পোলিটিক্সতদি ইন্দিয়াগী অতৈ ষ্টেটশিংনা মণিপুরদগী তমজদৌনি, স্পিকর করম্না ওইগদগে হায়বসু মণিপুরদা ত্রেনিং তৌগদবনি ... সেন্টরদা মহাম তারবা শক্তি পায়দবা পার্টিদা লমদমসিগী মীয়ামনা ভোট পীদুনা লৈঙাক শেমহল্লক্কনি, অপঙ মপান থোক্লক্কনি হায়বদুদি কৈদৌঙৈদা খল্লুনু ... দিসিদেন্ট লীদর য়োকখৎপা বি জে পিদা চৎনদে, মীখলগীদমক শেম-শাবা লোইরবা, শোয়ররোই খঙলবা মীকূপ্তনি এসেমব্লি দিজোল্ল তৌদৌরিবা ... লুচিংবা শিনবই দিমান্দসিবু তোক্লবা, লৈঙাক মরা চেৎকনি...।

খঙদে, অচুম্বসি করম্বনো?

লৌশিং পুক্কে

নুপানা করি মরমগী অমসুং কমদৌনা কোক তাঙলকপগে হায়বদুগী মতাংদা খরদং খঙমিন্নসি

নুপা অয়াম্বা পুন্সিগী তাঙ্কক অমদা শম কেনখিবদগী কোক তাঙবা মীশক হায়বদু ওইরকই। এন্দ্রোজেজেটিক এলোপেসিয়া হায়না খঙনবা থৌওং অসি মায়োক্লবগী মতাংদা মী অমগা অতোপ্পা অমগা মান্নদে।

অহানবদা কোক্কী নাকল য়েৎ-ওয়দা হৌরিবা চুবাগী শম তপ্পা তপ্পা পাথরকই। মদুগা ইরোয়ননা কোক্কী মথক থংবা শরুক্তা অহাঙবা (অতাঙবা) মচেৎ অমা লৈরকই। অদুদগী তপ্পা তপ্পা শন্দে দাকখিদুনা মমাঙ থংবা কোক্কী শরুক তাঙলকই। লুখম অমসুং কোক্কী নাকল অনীদা শম খরা হৌহৌই। অদুবু কনাগুম্বা খরদি মদুসু লোইনা কেনখিবা মরম্না কোক্তা শম অমত্তা হৌরক্তে। নুপা অয়াম্বা মশাগী চহী ৩০ হেক শুরকপগা তপ্পা তপ্পা কোক তাঙবা হৌরকই। চহী ৬০ শুরবা নুপা অয়াম্বা কোক তাঙই। মশাগী চহী ৩০ শুরবা মীওই ১০ গী মনুংদা ১ অমসুং চহী ৫০ শুরবা মীওই ২ গী মনুংদা অমা কোক তাঙই।

নুপীসু কোক তাঙবগী খুদোংচাদবা মায়োক্লৈ। অদুবু মওং-মতৌদা খেন্নবা খরা লৈ। নুপীগী ওইনদি কোক্কী শরুক পুম্নমক চাং হাইরপ মান্ননা শম পাথরকই।

নুপানা করি মরমগী অমসুং কমদৌনা কোক তাঙলকপগে হায়বদুগী মতাংদা খরদং খঙমিন্নসি। শম খুদিংমক উনসাগা হেক তাইননা লৈবা হোর ফোলিকলদা শেম্বনি। হোর ফোলিকল খুদিংমক্তগী শম্না অমমম হৌগৎলক্লগা চহী অহুমগী মতুংদা মপুন্সি লোইদুনা কেনখি। অদুগা অনৌবা শম্না অমা হৌরকই। মতৌ অসুম্না শম কেনখিবা অমসুং হৌগৎলকপগী থৌওং অসি পুন্সি চুপ্পা চৎথগদবনি। অদুবু হোর ফোলিকল শোকচিল্লকপদগী অকুপ্পা শম্না হৌগৎলকই। হান্নগী চাংদগী অসুম অসুম শম্না কুপ্পা হেঞ্জিল্লকই। মদুগা ইরোয়ননা শম কেনখ্রবা মতুংদা অনৌবা

শম্না হৌগৎলকপদা মতম হেন্না শাংনা চঙলকই। হায়রিবা থৌওং অসিদা নুপাগী হোর্মোন (মেল হোর্মোন) না মতেং পাংশিল্লি। শমখোঙগী উনসাদা লৈবা সেলশিংনা মেল হোর্মোন, টেষ্টোষ্টেরোনবু দাইহাইদ্রোটেষ্টোষ্টেরোন কৌবা হোর্মোন মখল অমদা ওম্থোরকই। করি মরমগীনো হায়বদুদি চপ চানা খঙদ্রবসু হোর ফোলিকলশিং দাইহাইদ্রোটেষ্টোষ্টেরোনদা সেন্সিটিব ওইবগী চাং হেনগৎলকপগা লোয়ননা অসুম অসুম পীকশিল্লকই। কোক্তা হৌবা শম অমসুং শমখোঙ খক্তমক শোকচিল্লক্লগা হকচাংগী অতৈ অতোপ্পা মফমদা লৈবা শমখোঙদি শোকচিল্লক্তিবা করিগীনো হায়বদু চপ চানা খঙবা ঙমদ্রি।

মেল পেটর্ন বোল্ডনেস হায়না খঙনবা নুপানা কোক তাঙবগী মওং অসি মেটাবোলিক সিন্দ্রোমগা মরী লৈনৈ। মরুওইনা হকচাংগী অরূম্বা হেনগৎলকপা, দাইবেটিস, ব্লদ প্রেসর ৱাংখৎলকপা অমসুং কোলেষ্টরোল ৱাংখৎলকপগা মরী লৈনৈ। মেটাবোলিক সিন্দ্রোমনা মরম ওইরদুনা হার্ট দিজিজগী রিস্ক হেনগৎহনবগা লোয়ননা মনুং মতম চাদনা, চহী ঙম্না কোক তাঙহল্লকই।

চাং য়াম্না শম কেনবা হৌরকপদা মীওইবনা মশাগী শকওং-শক্তাগী মরমদা মুন্না খঞ্জিনবগা লোয়ননা ৱাখল নুংঙাইরক্তে। নুপা ওইবশিংদা শম কেলহন্দুনা কোক তাঙহল্লকপগী অতৈ মরমশিংদি ষ্ট্রেস, এনিমিয়া, ভিটামিন দি দিফিসিয়ন্সি অমসুং শমখোঙদা ইনফেক্সন তৌবা অসিনচিংবনি।

পুন্সি মহিংগা মরী লৈনবা ষ্ট্রেস, মরুওইনা চাকচা-য়ুথক শোয়বা, তূম্বগী চাং ৱাৎপা অমসুং অয়াম্বা মতমদা হোবে হোবে নংহৌরবোই মতাগুম থবক তৌবনা শক কেলহনবদগী কোক তাঙহল্লি। ঈদা য়াওবা আইরনগী চাং ৱাৎপা (এনিমিয়া) নসু শম কেলহনবগী মরুওইবা মরমনি। কোক তাঙলিবা নুপা অয়াম্বা এনিমিয়ানা থোকহনবনি। খুদোংচাদবা অসিদগী ঙাকথোক্লবগীদমক আইরন সপ্লিমেন্টঅমা চাবা মথৌ তাই। ভিটামিন-বি ৱাৎলবসু কোক তাঙহল্লকই। মরম অদুনা মচি ওইবা চীঞ্জাক মচল শুনা চাদুনা হকচাং অমদি শমগী ফীভম ফহনবা হোৎনগদবনি। য়াম্না তোয়না থেংনবা কোক তাঙহল্লকপগী অতোপ্পা মরম অমনা শমখোঙদা ইনফেক্সন তৌবনি। বেক্টেরিয়ানা শমখোঙদা ইনফেক্সন তৌবদগী হোর ফোলিকল শোক্লক্তুনা ফোলিক্যুলাইটিস তৌহল্লকই। মদুনা মরম ওইরদুনা শম কেনবদগী কোক তাঙহল্লকই। বেক্টেরিয়ানা শমখোঙদা এটেক তৌদুনা শম হৌগৎলকপা ঙমহন্দবা মরম্না কোক তাঙলকপনি।

মশাগী চহী ৫০ হেল্লবা মীওই অয়াম্বা মেল পেটর্ন বোল্ডনেসকী খুদোংচাদবা অসি মায়োক্লৈ। শম কেনবা ফহনবগা লোয়ননা শম হৌহন্নবগী মতাংদা হীদাক মখল অনী লৈ। ফিনাষ্টেরাইদ হায়বা অমগা মিনোদিক্সিল হায়বা অমগনি।

কুমজা ২০০২ দা য়ুনাইটেদ কিংদমদা লোঞ্চ তৌখিবা ফিনাষ্টেরাইদ অসি য়ুনাইটেদ ষ্টেটসতা কুমজা ১৯৯৭ তগী শীজিন্নরক্লে। হীদাক অসিনা টেষ্টোষ্টেরোনবু দাইহাইদ্রোটে-ষ্টোষ্টেরেনদা ওম্থোকপা থিংবগা লোয়ননা শম কেনবা ফহল্লি অমসুং শমখোঙদগী অনৌবা শম হৌহল্লি।

অমরোমদা, মিনোক্সিদিলনা নুমীৎ খুদিংগী শমখোঙদা তৈদুনা মসাজ তৌরগা শম হৌহনবনি। অদুবু হীদাক মখল অনীমক সাইদ ইফেক্ট য়াম্না কনবা মরম্না শীজিন্নবদা খুদোংথিনিংঙাই ওই হায়রি। কনাগুম্বা খরদদি হীদাক অনীমক থোইদোক্লা কান্নবা রিজল্ট ফংদবা য়াওই। মরম অদুনা হোর ট্রান্সপ্লান্ট তৌবনচিংবা থৌরাং কয়া লৌখৎনরক্লি।

স্মগ্লর অহুম লুপা ক্রোর ৬ লোমগী সিগরেটকা কোন্ননা ফারে

ইম্ফাল, ওগষ্ট ৩০ (ঐচ এন এস): নেসনল হায়রে নম্বর ৩৭ দা তমেংলোং দিষ্ট্রিক্ট পুলিসকী টিমনা ফ্রিস্কিং চথবদা স্মগ্লর অহুম লুপা ক্রোর ৬ লোমগী ওইগদবা সিগরেটকা কোন্ননা ফারে হায়না মণিপুর পুলিস দিপার্টমেন্টকী পি আর ও, দল্লিয়ু বাসুনা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা হায়, ফারবা মীওইশিং অদুদি, পুখাও ইম্ফাল ইষ্টতগী টি ঐচ সশিকান্তা, লমশাং অৱাং লৈকায়দগী কে ঐচ সনাতোন (৪১) অমদি কামোং মৈস্নামদগী কে ঐচ শরত (২৮) নি। মখোয় নেসনল হায়রে নম্বর ৩৭ গী বরাক থোং অমসুং সিবিলোং খুলগী মরক্তা ফাবনি। ফোরেন ব্রান্দেদ সিগরেট ব্রিন ২১ বোক্স, ষ্টিক ৪,২০,০০০, গুদাং গরম বোক্স ৩৫, ষ্টিক ৫,০৪,০০০, পারিস বোক্স ৭, ষ্টিক ১,৪০,০০০ অমদি ঈ এস এস ঈ-লাইট ১১৪ বোক্স, ষ্টিক ১১৪০০০ গা কোন্ননা ফাবনি। ইন্টরেনসনল মার্কেটতা লুপা ক্রোর ৬ লোমগী পোৎলমশিংনি। ফারবা পোৎলমশিং অদু কষ্টম দিপার্টমেন্ট টতা থা অসিগী ২৯ দা শিন্নখ্রে হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তারি।

মীৎ লায়েংবগী কেম্প

ইম্ফাল, ওগষ্ট ৩০ (ঐচ এন এস): লাইওন সর্ভিস সেন্টর ওফ লাইওন্স ক্লব ওফ ইম্ফাল সঙাইপ্রৌনা দিষ্ট্রিক্ট ব্লাইন্দনেস কন্ট্রোল সোসাইটি, ইম্ফালগা খুৎশম্নদুনা চহী অসিগী সেপ্টেম্বর থাগী লেম্না মীৎ লায়েংবগী কেম্প সেপ্টেম্বর ৮ দা পাঙথোক্লগনি। অয়ুক পুং ১০ দগী পুং ১২ ফাওবা পাঙথোক্কনি হায়না লাইওন্স আই হোস্পিটাল এন্দ সর্ভিসেস ট্রষ্টকী হেল্থ ওফিসর ডা. এল চাওবনা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

ফোক প্লে উৎখ্রে

ইম্ফাল, ওগষ্ট ৩০ (ঐচ এন এস): পব্লিক থিএটর আর্টিষ্ট এসোসিএসন ফোইজিং নম্বোলগী অখন্নবা প্রদক্সন, ট্রেদিসনল ফোক প্লে ফৌওইবী ঙসি পব্লিক থিএটরগী ওদিটোরিয়মদা উৎখ্রে হায়না এসোসিএসন অসিগী সেক্রেটরিনা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি। চেরোল অদুনা হায়, থৌরমদুদা ষ্টেট কলা একাদেমীগী সেক্রেটরি লৌরেম্বম কিশোরজিৎনা চীফ গেষ্ট, ডা. লমাবম গোজেন্দ্রোনা গেষ্ট ওফ ওনর ওইখি।

পি এল এগী কাদর অমা ফারে

ইম্ফাল, ওগষ্ট ৩০ (ঐচ এন এস): মণিপুর পুলিস দিপার্টমেন্টকী সুপরিন্টেন্দেন্ট ওফ পুলিস/এন এ বি প্রো, দল্লিয়ু বাসু সিংহনা থাদোরকপা চেরোল অমগী মতুংইন্না থা অসিগী ২৬ তা অকক্লবা পাউ অমা ফংবদগী সি দি ও/থৌবাল অমদি ২৬ এ আরগী অপূনবা টিম অমনা য়াইরিপোক কম্যুনিটি হোলগী অকোয়বদা থি হূম্বগী থবক চথবদা নুমিদাং পুঙ ৭.৪৫ তাবা মতমদা পি এল এগী কাদর অমা ফারে হায়রি।

ফারবা মীওই অদুদি পি এল এগী এস/এস সেকেন্দ লেফটেনেন্ট লাইশ্রম সনাতোম্বা মৈতৈ এলিয়জ সুনিল এলিয়জ চিংখোম্বা (৩২) অপোকপা এল তোম্বী মৈতৈনি। মহাক য়াইরিপোক বিষ্ণুনহা ময়ায় লৈকায়দগীনি। সনাতোম্বনা হায়দোরকপগী মতুংইন্না মহাক হৌজিক হৌজিক পিটর এস/এস কেপ্টেন, মেদিকেল ওফিসর, জি ঐচ ক্যু, নোংকেৎ, ম্যান্মারগী এসিষ্টেন্ট ওইনা থবক তৌরি হায়রি। মহাক্কী মথক্তা মখা তানা ৱাহং পাউহং তৌনবগীদমক য়াইরিপোক পুলিস ষ্টেসন্না কেস অমা রেজিষ্টর তৌখ্রে হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তারি।

অবাকস কম্পিটিসনদা মনা লৌরক্লে

ইম্ফাল, ওগষ্ট ৩০ (ঐচ এন এস): আই আই টি গুৱাহাতিদা চহী অসিগী জুলাই ২৫ দা পাঙথোকখিবা মাষ্টর মাইন্দ অবাকস নোর্থ ইষ্ট ষ্টেট লেভেল কম্পিটিসন ২০১৯ দা মাষ্টর মাইন্দ অবাকস মণিপুর য়ুনিটনা কেটগোরি ১১ থাবগী মনুংদা কেটগোরি ৫ দা চেম্পিয়ন ওইরক্লে হায়না গেনিয়স ব্রেন অবাকস ললাম্বুং মখোংগী দিরেক্টর মুনিন্দ্রোনা প্রেসতা থাদোরকপা চেরোল অমনা হায়রি।

চেরোল অদুনা হায়, চেম্পিয়ন ওইরকখ্রবশিং অদুদি, লিঙ্গো বিঙ্গো (লেভেল-০) দা সালোমি মুতুম, লেভেল-১ এদা আরোন সোইবম, লেভেল-১ বিদা সুন্দ্রশন সাপম, লেভেল-২ দা ক্রিতিনা খাঙেম্বম, লেভেল-৩ দা নরেশ লাইশ্রমনি। মাষ্টর মাইন্দ অবাকস হায়রিবা প্রোগ্রাম অসি চহী ৫ দগী ১৪ ফাওবগী অঙাংশিংগী ব্রেন বুষ্টর প্রোগ্রামনি। কোর্স অসি লেভেল ১০ লৈ। লেভেল অমমম কমপ্লিট তৌবদা থা ৩ চঙই। চহী ৫ দগী ৭ কী অঙাংশিংগীদমক লিঙ্গো-বিঙ্গো (লেভেল-০) দগী হৌগনি হায়নসু চেরোল অদুনা মখা তারি।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ৩১।০৮।২০১৯, থাংজ, নুমিৎয়ুংবা মতুং ১২.১৪ ফাওবা লাংবনগী নোংমা পাল্লি, মতুং ২নি পানগনি।

মেষ : ওইজ-ওইথক ফংবা ৱাৎপা, লৌশিং থোকপা ৱাৎপা, হকচাং নুংঙাইবা ৱাৎপা, মরুপ-মপাংগী মতেং ফংবসু ৱাৎপা লৈ। ৱা য়াম্না ঙাঙগনু য়াকা য়েংনা চৎলু।
লৈশা পাখংশিংগী - য়েৎনবা মরী ফরোই।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক ।

বৃষ: য়েক্লবা ঙমজবা, মীংচৎ ফংবা অমদি ঙাঙ-শকপদা মীনা নুংশিবীবা লৈগনি। নচাক নরলদা হুবীনিংবা লৈরসু লৌশিংনা লাকশিনবা ঙমগনি। য়েৎপদি তৌগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - চিন য়াংগনু।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

মিথুন : ৱাবা, কিবা অমদি লৌশিং থোক্তবা মায়োক্লরবসু লাইবক ফবনা উকল ফংগনি-ওইজ-ওইথক তানবদা শোইদনা মায় পাক্কনি। লন চংউ হায়বা লৈ।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংজবা ফংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

কর্কট : চিন কনবা অমদি অশাওবদা ফাথৌ মীয়ামগী মতেং শোইদনা ফংগনি। অরুবা থবক অমত্তসু নতোমতা পাংগনু। শেল চৎফমদি য়াম্না লৈ, তহাবা য়াদে।
লৈশা পাখংশিংগী - নুংশিবনা তেংবাঙবীগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

সিংহ : খোইরাংবা, য়েৎনবা অমদি লৌশিং থোকপা লৈরসু লাইবক ফবনা কান্নবা য়াম্না ফংগনি। অদুবু ফত্তবা লম্দা মায় ওনশিনবদি -মাঙগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ নাপু।

কন্যা : পাউ নুংঙাইবা ইতা তারোই, খন্থরুরগা কিবদুম পোকপা য়াবা লৈ-অমম্বদা মৈরানা কিবা পোকহনবনি- লৌশিং চাউবা মীগী ৱা তাও। য়েৎকনু।
লৈশা পাখংশিংগী - কাইনবগী নুংঙাইতবা লৈ।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

তুলা : অফবনা হেল্লি, মীকোক থোংবগী নুংঙাইবা অমদি শেল-থুম চংবা লৈগনি। অদুবু মরৌ চাউবনা নথক থোংবদা হুন্দুনা ঙাঙবদি লৈ হায়বা কাউগনু।
লৈশা পাখংশিংগী - মীৱা লৌদ্রদি নুংঙাই।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

বৃশ্চিক : অঙম্বনা চাল্লি, থবক পাংগনি, মীনা লাকচবা ঙমলোই অমদি হকচাংসু নুংঙাইগনি। অরং-অরাক অমদি ফমথোল ফংবগুম নুংঙাইবা লৈগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

ধনু : পংলদি লাল্লোইনগনি, ইকাই নুংশি য়ান্নবা থৌদোক থোকপা য়াবা লৈ। ৱা ঙাঙলনু অমদি থিবা হুম্বা লেপকনু। থৌনাদি মতাং চানা ফুদোকপা য়াগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - ঈংনা লৈয়ু।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।

মকর : অৱাবা খরা মাইয়োক্লরসু শেল-থুমগী লম্দদি চাওখৎকনি অমদি নুংঙাইবা পাউ তাগনি। লম চৎপসু কান্ননি। মীয়াম্না য়াগনি, হকচাংদি নুংঙাইবা ৱাৎলি।
লৈশা পাখংশিংগী - য়েৎলসু মায় পাক্কনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা/চেঙ।

কুম্ভ : নীংবা থুংগনি, শেল-থুমগী লম্দা মীকোক শোইদনা থুংগনি অমদি অনৌবা অশা লাক্কনি। অদুবু তপথৌ ফিংবা/অনম তানবনা পামদবা থোক্কনি।
লৈশা পাখংশিংগী - লাইবক ফগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।

মিন : ঙসিসু নীংবা থুংগনি, লল্লোন ইতিক্কী লম্দা মায় পাক্কনি। অফবা মফম অমদি মীংচৎ ফংগনি। য়েংথিনবা লৈরসু নমহৎনা চৎকনি। থৌনা ফুদোকপা য়াগনি।
লৈশা পাখংশিংগী - নীংবা মপা চাগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অশংবা/কিসমিস।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।

অহাঙবা অতিয়াদা নীংতম্না পাইবদা কনানা থীংগনি, শুপ্নগী মসা পালহন্দুনা পাইনবা হোৎনবা মথৌ তাই

নোকফেৎ তৌবা | মায়থোঙগী মরুমদা

হুইদ্রোম নাওবোই

কনাদা ৱারৌরুগনি, কনাদা তাইনরুগনি ঙসি ঐ-ঐনা ওইরিবা, ফংলিবা মহয় পুম্নমক ঐ-ঐগী হোৎনজমন্নি অমদি হোৎনরুদবগীনি । মপান নাইদ্রবা অতিয়াদা পাইগে খন্না হোৎনরবদি করিগী পাইবা ঙম্লোই, কনানা থিংলি নঙোন্দা? হুমাংগী মমল কনানা খংবিদ্রবসু তাইবঙ মপু মহাক্লদি হুমাংগী মমল শোয়দনা খঙবিদুনা করিগুম্বা খরদি পীবিরক্কনি, থাজবা ৱাৎপরা? শক-চু মান্নরবসু ক্বাক্কী খোঞ্জেল তানিংবা কনা লৈ? কোকিলগী খোঞ্জেলবু তানিংদবনা কনা লৈগনি। মঙলান অমগা লোয়ননা ঈশৈগী তাম্বাদা চীংদা উরু-ৱারু কত্তুনা, লৌবুক্তা লৌ খাউদুনা মদুদগী ফঙলকপা শেলনা তবলা, হারমোনিয়ম লৈদুনা অফাওবা শক্লাইবা শৈশকপা অমা ওইদবা য়াদে খন্না হোৎনখিবা মীশক লৈরম্লোই খনবরা? লৈচিনগী পোমাই হাংদুনা য়েংশি ইরমদম অসিদা অদুগুম্লবা মীশক কয়া অমা লৈরি। 'কাইনরে খঙলবা নঙসে নুংশিদুনা লৈরে অসুম, তারক্কনু য়াদ্রবা হে পীরাং, নুংশিরুরে ঐনা, ঐগী থাম্মোয় হুরিবা, শুকে কেদনা নিংথিজবী, নুংশিৎ শিত্তনা উনাসে লেঙলে, নঙগী চিনবানদুমক্লা, নঙনা ইনাক্তা লৈরগা, খৌরাংনা ঙাইরকপা ইবান্নিগী নুংশি পম্বুং, মীগী মচা নুংশিবিয়ো, ঙসি উনরিবা ঐখোয়সে, ঙাইখিনি মিকুপ খুদিং পুন্সিগী ওইনা' ঈশৈশিং শক্তুনা শুমহৎপা খোঞ্জেলনা মীয়ামগী থাম্মোয় হুরিবা শৈশকপা হুইদ্রোম নাওবোইসু অদুগুম্লবা মীশকশিং অদুদগী মহাকসু অমনি হায়বদা হায়মনবা থোক্লোই। হুইয়েন লানপাউগা শক্লাইরবা শৈশকপা হুইদ্রোম নাওবোইগা উনজরুবদা লম্ অসিদা চংলকখিবা মতম অমদি হৌজিক থেংনরিবা অৱা-নুংঙাই অমদি অপাম-পামদা কয়া ফোঙদোকপীরকখি।

মশাগী চহী ৪৫ শুরবা হুইদ্রোম নাওবোই শাওমবুং হুইদ্রোমদা পোকখি। অঙৌবা মচু অমদি চমথোংনা মহাক্কী খ্বাইদগী পামজবা মচু অমদি এঞ্জাংনি। ঈশৈ শকপনা মহাক্কী হোবি হায়বদু ওইরি। অহৈবম শ্যাম, ললামবুং ইমো, শৈশকপী ঈমা সনাতোম্বী মহাক্কী পামজবা শৈশকপা অমদি শৈশকপীশিংনি। কাইকু অমসুং কমলানা খ্বাইদগী পামজবা এক্টর অমদি এক্ট্রেসসু ওইরি। ষ্টেজদা কাদুনা পুন্সিগী ইহান হান্না শকখিবা ঈশৈ কিশোর কুমারনা শকপা 'অগর টুম ন হোতে' গী ট্রান্সলেট তৌদুনা শকপা ঈশৈ 'হিংলুবগী অপাম্বা লৈখিনি নিংদে, লৈরমদ্রবা নঙনা' হায়রিবা অসিনি অদুবু ঈশৈ অসি কনানা ট্রান্সলেট তৌরগা শকখিবনো হায়বদুদি খঙজহৌদ্রে হায়না ফোঙদোরকখি। লৈবাক মীয়াম্না শক খঙবিবা হৌরকখিবা অসি 'শায়া' হায়রিবা ফিল্ম অদুগী ঈশৈশিংদগী হৌরকখি। মদুগী মমাংদা ঈশৈ কয়া অমা শকখ্রে লোয়ননা ফিল্ম অনী অহুমগী মথক্তসু ঈশৈ শকখ্রে অদুবু লাইবক থীবা হায়গদ্রা ফাওবা ঙমখিদে। ঈশৈগী লম অসিদা অঙাং ওইরিঙৈদগী পামজরকখিবনা মসিদা অৱাবা কয়া অমা থেংনখি। ঈশৈ শক্লবা হোৎনবদা লাইশ্রম অচানবা, মরুপ নীংঙোম্বম শরত ঐখোয় পূম্না ঈশৈ তৌমিন্নবদা ঈশৈগী থৌরম লোয়খ্রবা মতুং পৈশা পীনিংঙাই লৈতদনা লৌখাউ শেলগা লৌরগা ম্যুজিক অমদি সাউন্দগী পৈশা পীখিবা য়াওই হায়নসু তাকপীরকই। অদুগা কোন্না লৌ খাউবা চৎপা য়াওখি। মহাক্লা তপলপ তৌবা খোঞ্জেলদা হৌখ্রবা নুংশিরবা ৱারি কয়া নিংশিংলদুনা থম্মোয়নুংদা পীরাং শিম্বা, মায়থোংদনা নোকফেৎ তৌনা হায়রকই- তবলা, হারমোনিয়ম অমা লৈবা ঙমখিদে। য়োমালো চীংদা উরু কত্তুনা চেক্লোন্দা নুমিদাংদা পুরক্লগা য়োনবা য়াওখি। যণগাড়ীদা লাকপনীনা য়ুম য়ৌবদা অয়ুক ওইবা য়াওখি। মদুদগী ফংলকপা শেলনা তবলা, হারমোনিয়মগা লৈদুনা কন্না হোৎনরকখি। য়াওরম্বা টেন্দর ফাওবা পৈশা য়ামদনা ককথৎলগা ঈশৈ শক্লবা হোৎনখি। লৌ কুমদুনা