থম্মোয় পাউদম | হুইয়েন ইন্দু

তমথীবা তাইবং'সিনা মঙহল্লকপা মঙ !

ঙরাং অহিং, অহিং নত্তে নোংঙাল্লমদাইনি, ওন্থোকপা মঙ অমা মঙলম্মী। নুমীদাংগী মতমনি, সূমাং মতোন্দা হকচীক লাংদুনা লোংখ্রাক লোংনা হীপ্পগা পাক চাউরবা, ঙমখে লৈত্রবা অতিয়াগী থৱানমিচাক য়েংদুনা, মশীং থীঙমদ্রবা থৱানমিচাক ময়ামদুগী মরক্তা থিরম্মী ঐগী নুংশিরবা ইমা-ইপা অনীগী থৱায়না ওনখিবদু কদায়ৱাইদা লৈরমগদগে? ৱাখল মোন্দ্রং শান্নরম্মী। অঙাং ওইরিবা 'বিষ্ণু ভক্ত ধ্রুব'না ওনখিবা ধ্রুব-তারা (পোল-স্তার)দি মফম লেঙদ' লৈরম্মী। খোংজোমনুবী তরুক্না ওনখিবা 'উরশা মাইনর' (লেতিন ৱাহৈ 'শওম মচা' হায়বদুদৈ লৌরগা থোনখিবা)দুসু লৈরম্মী। খঙদে ইমা-ববাগী থৱায়না তাইবং মপুদা রিপোর্ট তৌবদা থেঙদুনা, মখোয়গী মিংদা অনৌবা থৱানমিচাক এল্লোত তৌদ্রিবজাৎলা? নৎত্রগা, পাউ অদু ঐগী ইনাক তম্না পুরক্নবা মেসেঞ্জর লৈত্রবা জাৎলা? অমদি শোয়দনা ওইরনি। অসূম্না খল্লম্বা ৱাখল পরীং- হাঙলবা অতিয়াদুদা থোক্লকপা অচৌবা মৈবুল অমনা থুগায়খি। ময়েক শেংনা উখি- মৈবুল অদু অচৌবা থৱানমিচাক অনী থেংগায়নবদই থোকপনি। খোঙচৎ কায়দনা চৎলিবা মশীং থীঙমদ্রবা স্তার/গেলেক্সি ময়ামদুগী মরক্তা খোঙচৎ কায়বা য়াওরক্তুনা অতিয়াদা এক্সিদেন্ট থোকপনি...।

ঐহাক তম্না য়াঙনা পাইশিল্লকখিবা মৈবুল অদুনা ইনাক য়ৌরমদাইদনি মীকপ খংথোক থোক্লকখিবদু। থারবা কম্বল অনী লোনশিন্নরগা হীপখিবদুদা হুমাং অনপ্পী কারম্মী। শ্বর থবেৎ থবেৎ হোল্লম্মী। অমুক তূমথবা য়াদরে। মঙলান্দুনা থৎখিবা তৎখ্রবা ৱাখল পরীং অদু তাইবংদা মখা শমথরকখি। ৱাখলদুনি ঙসিগী থম্মোয় পাউদম ওইনা তমগে ইথোকচরিবা।

ৱাখল খূদিংমক্কী হৌফম অমা লৈবগুম, ঙরাংগী মঙদু মঙহনখিবা ঐগী নিউরোন-সেল (কোক'কী/ব্রেনগী কাখল) অদু করিনো? খল্লুবদা খঙলকখি- কেলিফোর্নিয়াগী স্ত্রিৎ অমদা ত্রাফিক জাম থোকপদা অথুবা থবক অমগীদমক পন্থুং য়ৌবদা থীন্থবগী খোয়শাওনরবা নুপা অমনা, মমাঙদা খাল্লিবা কারদুনা মরম ওইদুনা মাবু থীন্থহনবনি লেপ্তুনা হোর্ন খোংলুবা, অমনসু খোংলকপা, হোর্নগী নোইজ থোক্লকপা ত্রাফিক পুলিসনা কন্ট্রোল তৌবা ঙমদ্রবা ত্রাফিক-কনজেসন অদুদা লম্বী চৎপশিংগী মরক্তা উংখৎনবা থোক্লকপদা নোংমৈ য়াওনরক্তুনা মীওই মঙা পুন্সি লোমখিবগী ৱারী অমা থৌরৈতনা থৌ থিবদা পারুবদুনা খলহনখিবা ৱাখল অমদি তূল্লমদাইদা লৈখিবনি। কনানসু কন্ট্রোল তৌদনা, য়াঙল-য়াঙলবা স্পীদ'তা অতিয়াদা পাইরিবা স্তার, গেলেক্সি, সেলেষ্টিয়েল বোদি ময়ামসি অমুক্তা থেংগায়নবৈ পাউ তাদ্রগা, গাড়ী খরখক থোক্লকপদা থোক্লিবা এক্সিদেন্ট, অমনা অমদৈ হেনগৎকে য়াদবগী খৎনরিবা, কার অমনা অমদৈ হেনগৎলুবা হাক্তক্তা লাইসেন্স গন পায়দুনা হাত্তোক্লখিবই পাউ অমসু পীক্লবা ইরমসিদা তাখিবনি। খঙদে- মীনা লম্বী চৎপা হৈতবরা? লম্বী চৎনবা নিয়ম অমা মীওইবনা শেম্লিবদু লানবরা? মরম অমদি লৈফম থোকই। লম্বী চৎপা মখোয়সু লান্দে হায়রগদি, নিয়ম শেম্লিবা মীওইবদুনা লানবরা? অমনদি শোয়দনা লানফম থোকই।

অমনবু চুম্লে, অমনবু লাল্লে- মদুদা ঐনা করিগী কোক চীকফম থোকপগে? থবক অমগী অচুম চুমদা থিরিবা, খন্থরিবা ঐ'সিবু কনানো? কনানা খল্লু হায়বগে? কনাগুম্বা অমনা হায়রম্বা ওইরদি মদু ঐনা ইনফম থোকপরা? চুম্মী খল্লুবদুনা লাল্লম্নবদি? কম্মনৱেল্থ কন্ত্রিশিংদা, হায়বদি মতম অমদা গ্রেত বৃটেনগী মখা পোন্না লৈরম্বা অমদি ঙসিসু লৈরিবা লমশিংদা লম্বী চৎপা অমনা/গাড়ী থৌবা অমনা মাঙলোমদা চৎপসি, লম্বীগী ওইথংবা নাকলদা চৎকদবনি। মসি লম্বী চৎপগী অচূম্বা নিয়মনি। অদুবু, কম্মনৱেল্থ নেসন নত্তবা লম পূম্নমক্তনা- মসি অরানবা নিয়মনি। য়েৎথংবা নাকলদা চৎকদবনি।

অদু ওইরবদি লাইনা মালেম অমদি মী শেম্বনি- হায়নরিবা অর্গ্যুমেন্ট অসি লানগনি। অদুবু অতোপ্পা সেতিসফেক্টরি ওইবা (পেন্নিংঙাই ওইবা) অর্গ্যুমেন্ট অমা লৈতদুনা পঙহায় হায়নখিবা ওইরগদি, লাইদুগী অতোপ্পা মপাঙ (পার্টনর) অমদা শীন্নরগা-'ঐনা শেম্বা তাইবংসি ইনাও নঙনা ঙাকহৌরো' হায়দুনা ফত্তবা লাই (দেভিল/সৈতান) অমদা শীন্নরম্লগা মাঙখ্রবরা অমদি শোয়দনা তৌরম্লগনি। অদু নৎত্রগবু-চেঙ্গিজ খান, নাদির সাহ অমদি এদোল্ফ হিতলরগুম্বা অকনবা/তমথীবা মী থোরক্লম্বা হৌনবরা? হিতলরগী ৱারীদি কুইখিদ্রিবা ওইবনা নীংশিংলমখিগনি অয়াম্বনা। নাদির সাহ কৌবা, শীংজনবা অমা ওইনা হৌরকখিবা, তমথীরবা ইরানিয়ন নিংথৌ (সাহ) অদুনা ইন্দিয়াদা লান্দারক্তুনা, নিংথৌ ওইনা পাল্লগা, লমদমসিগী মীয়াম্না কাউবা ঙল্লোইদবা থবক খরা তৌরম্মী। মশীং খঙদ্রবা মী হাৎপদা মমিং চৎখিবনি। নোংমগী নুমীদাং অমা শকহেনবী জগোয় শাবী অমা, অথাপ্পা লম অমদগী কৌরুদুনা লেকমিন্নরম্মী। মতমদুগী ইন্দিয়াদদি মশাবু মমল লৌদুনা য়োন্থোক্লবী নুপীশিং, অতৈ লমদা চৎনবগুম, য়ারেকমিন্নবদুখক নৎখিদে। ঈশৈ হৈবী, জগোয় হৈবী কলাকারসু ওইরম্মী। অহিং থেঙজিল্লক্লবদা নাদির সাহ'না হায়রকখি, '... ঐ হৌজিক তূম্নীংলে, চৎলো, নঙসু নয়ুমদা ঈংনা পোত্থাজরুরো...'।

নুপীদুনা খূল্লকখি... 'করি ৱানো ইনিংথৌ ! ইনিংথৌনা পীবীরিবা সনা-লুপা, মনি-মুক্তা, য়াম্লবা শেনফম ময়াম অসি পুদুনা শুক্লা মম্লবা অহিংসিদা উমং-ৱামং ফাওদুনা য়ূমদা করম'-হনগনি?...

অচুম্বা ৱাকৎনি খন্দুনা মাগী লাম্মীশিংদা থৌদাখি... 'চৎলু নুপীসিগী মাঙ থাদুনা, মাগী ময়ূম য়ৌদ্রিফাও লৈরম্বা য়ূম-কৈ-খুঙ্গং-উমং-ৱামং পূম্নমক মৈ থাদোক্তুনা নুংথিলগুম্না ঙালহল্লু'...।

মৈনম অমখক চূদুনা, লমজীং মৈরা ওইরগা ময়ূম য়ৌনা ঈকায়খুম্ননা থিনবা য়াবদু -মীওই কয়াগী পুন্সি অমদি লন-থুমগা ওন্নখি।

নাদির সাহ অমদি হিতলরগুম্বা শক্তি লৈবা লৈঙাকপা, থোরক্লোই হায়নিংঙাই লৈবরা, ঙসিগী মঙাল য়াওদ্রবা অমম্বা লৈঙাক অসিদা।

নোংঙাল্লকপগী থোঙনাউদা লীৎশিল্লকপা মঙালদু- ঙাইহাক চমম্নখি- নাদির সাহ'না চূখিবা মৈদুগী মঙাল্লা? থৱানমিচাক অনী থেঙ্গায়নবগী মৈবুলদুগী মঙাল্লা? অঙাং ওইরিঙৈ মতম হায়বসি ঐখোয়না কৈদৌঙৈদসু কাউবা ঙল্লরোইদবা মতম অমনি। সোরি ! মতমদু নত্তে। ঐখোয়না কাউবা ঙমদ্রিবদি মতমদুদা থোকখিবা থৌদোক ময়ামদুনি। ঙসিগী পুন্সি শক্তম অসি শাগৎলকখিবা শক্তম মচেৎ মচেৎ ময়ামদুনি। খল্লকই- নীংশিংবা হায়বসি লৈরমদ্রবা পুন্সি হায়বসি লৈরমগদ্রা ! হিংলিবা মী অমগী পুন্সি হায়বসি 'য়েকপা লোইদ্রিবা/শেম্বা লোইদ্রিবা' লাই অমগুম্বনি- ইশাগী পুন্সি অসি য়েংজরগা খল্লকখিবা ৱাখলনি। হৌখ্রবা থৌদোক কয়াগী নীংশিং শক্তম ময়াম্না মচেৎ মচেৎ নপশীল্লগা শেম্বা 'কোলাজ-পেইন্টিং' অদুমক্কি মীওইবগী পুন্সি। শিবা কৌবা অরোয়বা পুন্সি মীকূপ্তুনা লেপ্পী- মী অমগী পুন্সি-ফিদম্মিংঙাই ওইবা নৎত্রগা ওইদবা। ৱাহন্থোক লৈবা নৎত্রগা লৈতবা !

ঐগী পুন্সি অসিদা 'মীনা ফিদম ওইনবা' করি থবক তৌখ্রবা ! মীগী ৱাদি তোকখ্রসি, ইশামক্তা পেঞ্জবা করি থবক তৌখ্র'গে? খল্লুবদা চমম্নৈ। 'ফিদম্মিংঙাই ওইবনি'- মীনা ঙাঙনবা খরদুগা চাংদম্ননা য়েংলুঙৈ, খল্লকই- 'সিবু পুন্সি কৌবরা?

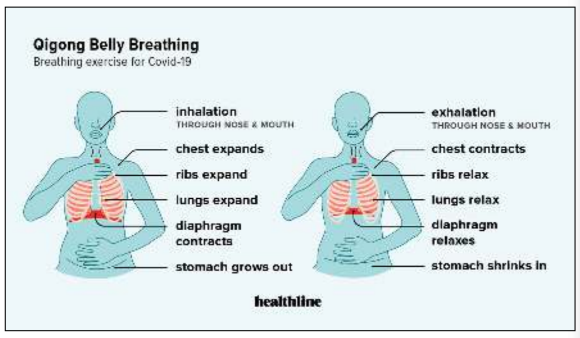
ৱাখল খনবা হৈরকপা মীৎকুপ্তুদগী ওজাশিংনা তাক্লকই, অহলশিংনা হায়রকই- মীথোয় মীহেনবা মী ওইগে নীংলবা, 'ওইজবা থাদোকপা' তমগদবনি।... সেলফিস ওইরোইদবনি... ঐ ইশাগী খল্লোইদবনি... ইশাগী ওইজবা থিরোইদবনি... মশাগী ওইজবা থিবা মী- মহাক্তুবু কৌই ফত্তবা মী... অসিগুম্বা ওন্থোক ওন্থোকপা ৱাহৈশিংনি- ৱাখলদা মচু শঙলকখিবা।

লৌশিং পুক্কে

কোভিদ-১৯গীদমক

খ্বাইদগী কান্নবা ফংবা নীংশা কাঙলোনশিং-৩

পর্সদ লিপ ব্রিধিংগী মথক্তা, অতোপ্পা নীংশা শাজেলশিংনসু কোভিদ-১৯দগী ফগৎলক্নবা হোৎনবদা মতেং পাংবা ঙম্বা য়াই। তোঙান তোঙানবা মেদিসিন প্রেক্টিস্নরশিংনা চথখিবা ষ্টদি কয়ামরুমগী এনালাইসিস অমনা থেংনখি মদুদি, দিপ ব্রিধিং অমসুং স্লো মুভমেন্টশিং শীজিন্নবা, কিগোং কৌবা প্রেক্টিস অমনা কোভিদ-১৯ নাবা মীওইশিংদা পুলমোনরি ফঙ্কসন ফগৎহনবগা লোয়ননা লং কেপাসিটি হেনগৎহল্লি।



কিগোং বেলি ব্রিধিং (দাইফ্রাগমেটিক ব্রিধিং)

কিগোং বেলি ব্রিধিং হায়রিবা শাজেল মখল অসি হীপ্লগা লৈরিঙৈ নৎত্রগা ফমদুনা লৈরিঙৈদা তৌবা য়াই। তৌগদবশিংগী মথং-মনাওশিং মখাদা পীরি। মখোয়শিং অদুদি:

– ইশাগী মায়, ঙকশম, চুবা, অমদি লেংবানগী মসলশিং রিলেক্স তৌদুনা লৈগনি।

– ইশাগী লৈগী লৈতোন অদু মথক থংবা য়ামাঙগী মনুং থংবা শরুক্তা থমগনি।

– য়াঙলেন তিংগনি।

– মীৎ উৎশিনগনি।

– মহৌশাগী ওইবা মওংদা মিনিৎ কয়ামরুক নীংশা হোনগনি।

– খুৎ নাম্মনা থবাক্তা থমগনি অদুগা অতোপ্পা খুৎ নাম্মনা পুক্কী মখা থংবা শরুক্তা থমগনি।

-- নাতোনদা নীংশা শাংনা হোনগনি, নীংশা চিংশিনবা মতমদা ইশাগী থবাক অমসুং থবাক্কী শরূশিং ফন্দোকপা অদু ইশানা ফাওজগদবনি। ইশাগী পুক অদুসু কংথোরক্তুনা থম্লিবা খুৎ অদুদা ফাওগদবনি।

– নীংশা হোন্দোক্কনি, মতাং অসিদা পুকনা তপ্পা তপ্পা শিৎচিনখিবা অদু ফাওজগদবনি।

– হায়রিবা মওং অসিদা তপ্পা অমদি মনুং য়ৌনা মাপলদগীনা তরারক ফাওবা হঞ্জিন হঞ্জিন্না তৌগদবনি।

লোং কোভিদ নাবা মীওইশিংগীদমক খ্বাইদগী ফবা শাজেলশিং

করিগুম্বা মীওই অমা লোং-হোল কোভিদ-১৯ নৎত্রগা লোং কোভিদ নাবা ওইরগদি, মীওই অদুদা ইনফেক্সন তৌখ্রবা মতুং চয়োল কয়া নৎত্রগা থা কয়া সিম্পটমশিং মখা তানা লৈবা য়াই। অদুগুম্বা সিম্পটমশিং মী অমগা-অমগা খেন্নবদি য়াই, অদুবু য়াওবা য়াবশিংদি - নীংশা হোনবা ৱাবা, নীংশা হোনবা ঙমদবা, হকচাং শাজেল তৌবা ঙমদবা, ব্রেন ফোগ, লোক খূবা, মহাও নৎত্রগা মনম খঙবগী চাং হন্থবা নৎত্রগা সুকখঙ খঙদবা, মসল নৎত্রগা তাংদা চীকপা অমসুং নাবা, থবাক নাবা, কোক চীকপা, মরক মরক্তা লাইহৌ তৌবা অসিনচিংবশিংনি।

নীংশা-শাজেলশিং তৌবনা লোং কোভিদকী লাইওংশিং ফগৎহল্লকপদা মতেং পাংবা য়াই। কোভিদ-১৯গী সিম্পটমশিংনা মরম ওইরগা মায়োক্লরিবা এঞ্জাইটি অমসুং ষ্ট্রেস হন্থহনবদসু মসিনা মতেং পাংবা ঙম্বা য়াই।

য়োন টু এ স্মাইল

নীংশা-শাজেল মখল অসিনা থবাক্তা য়াওবা মসলশিং কোমথোকহন্দুনা দাইফ্রামবু মপুঙ ফানা ফন্দোকপা ঙমহল্লি। মসিনা খুৎ অমসুং লেংবানগী মসলশিংগী মপাঙ্গলসু কনখৎহল্লি। তৌগদবা মওংগী মথং-মনাও মখাদা পীরি:

– য়াঙ তিংনা চপ য়ুংনা ফমগনি।

– খুৎ অনী অদু লেংবান মপা য়ৌনা তিংথোক্তুনা থাংগৎকনি। মসি তৌবদা নঙ্গলগী মসলশিং ষ্ট্রেটচিং তৌবা অদু ইশাদা ফাওগদবনি।

– খুৎ অনী অদু লেংবানগা ৱাংবা মান্না লৈরিঙৈ মতমদুদা, হকাম চনবগী মওংদা য়া লাউনা কাথোক্কনি।

– হকাম চনবগী মওং অদু তৌরম্বদগী নোকমি-নোকমিবগী মওংদা ওন্থোরক্কনি, মতম অসিদা খুৎ অনী অদুসু থাংথরক্তুনা ফৈগলদা থমগনি।

হমিং ৱাইল এক্সহেলিং

হমিং, খুদম ওইনা য়োগা শান্নবা মতমদা 'ওম' শোনবা, অসিনা নীংশা হোনবা খুদিংগী লংস মনুংদা ওক্সিজেন পুশিনবদা মতেং পাংই। মীওই কয়াদদি মসিনা পুক্নীং-ৱাখল ইংথহনবা ঙম্মী।

শাজেল মখল অসিগীদমক তৌগদবা মথং মনাওশিংদি:

– য়াঙ তিংনা চপ য়ুংনা ফমগনি।

– ইশাগী খুৎ অদু পুক্কী নাকল অনীদা থমগনি।

– চিনবাল অনী উমশিনদুনা লৈগনি অমদি লৈবুনা চিন মনুংগী মথক থংবা শরুক্তা থমগনি।

– নাতোনদগী নীংশা মনুং য়ৌনা অমদি তপ্পা হোনগনি।

– পুক কংথোরকপগা লোয়ননা ইশাগী খুৎশাশিং অদু পাক শন্না শন্দোকহনগনি।

-- লেংবান রিলেক্স তৌরগা থমগনি। লেংবান অনীদু থাংগৎলোইদবনি।

– ইশাগী লংস অদু নীংশা থন্না হোঞ্জিন্দুনা অথনবা ফাওরকপগা, হমিংগা লোয়ননা নীংশা হোন্দোক্কনি। চিনবান অনী অদু শোয়দনা উমশিনগদবনি।

– থৌওং অসি নীংশা কয়ারক হন্না চথগদবনি।

কোভিদ নারুবদগী ফগৎলকপদা মতেং পাংনবগীদমক নীংশা কাঙলোন শীজিন্নরিবা ওইরগদি হাথু-হাথুশিল্লোইদবনি। অহানবদা তপ্পা তপ্পা হৌবা মথৌ তাবা য়াই।

আর্টিকল অসি রিলাইএবল সোর্সতা য়ুম্ফম ওইরগা ফোঙবনি, অদুবু মসিনা মেদিকেল প্রোফেসনেলশিংগী পাউতাককী মহুৎ শিন্নবা হোৎনবদি নত্তে

অহকপা চৈরাক পীগদবনি : কংলামৈ

ইম্ফাল, দিসেম্বর ৩০(ঐচ এন এস): লমদমসিদা তোয়না থোক্লিবা থৌদোক-ৱাথোক, মীহাৎ-মীপুন, মীশি-মীনাশিংগী মনুংদা হন্দকসু থিবা খঙদনা লৈরকখিবা মৈতৈ পাঙল নুপীমচা অমা হৌখিবা দিসেম্বর ২৭কী অয়ুক্তা লিলোং পি এসকী মনুং চনবা লিলোং হাওরৈবী মখা লৈকায় কোঞ্জিনদা লৈবা থম্বাল একাদেমী ইংলিস স্কুল মনাক্কী তুরেল তোর্ব্বানদা অশিবা হকচাং ওইনা ফংখিবা লিলোং হাওরৈবী মখা লৈকায় সলাম মনুংদগী কোরিময়ুম নর্গিসপু মীনুংশি লৈতনা হাৎপদা চেন্নরিবা খূদিংমক লৈঙাকসিনা অহকপা চৈরাক পীগদবনি হায়না কংলৈপাক লমজিং অপুনবা মৈরা লূপ (কংলামৈ)গী প্রসিদেন্ট লৈরিক লৈমনা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

চেরোল অসিনা হায়, হৌজিক ঐখোয়গী কংলৈপাকসিগী ইরৈচাশিংসি মোরেল ভেল্যু য়াম্না নেমথরক্লে। নুপীশিংবু হন্থনা য়েংবগী হৈনবী অসিনা নুপী হাৎপগী চাং ৱাংলিবিনি। মমাংঙৈ ইপা-ইপুনা নুপীবু থাক ৱাংনা থল্লম্বনা নুপীনা মাঙজিল থানা ইরৈবাক ইরমদম কঞ্জনবা হোৎনখিবা অদুগী ওন্ন-তৈনবদা ঙসিদি নুপীবু শান্নপোৎকুম নোংমা কাংদনা মীওৎ-মীনৈ চথবা, ঈকায়খুম্নবা মাঙহনবীবা, হাৎতোকপীবা অসিনা খুন্নাইসি করি ওইরক্কনি খন্দ্রিবা মীওইশিং লৈঙাকসিনা অহকপা চৈরাক পীফম থোকই। পুলিসনা অথুবদা নর্গিস মীহাৎতা চেন্নবা অহুম ফাগৎতুনা লৈবাক মীয়ামদা খঙহল্লবসু লৈবাকসিদা হান্না চৎনরিবা লোবু কিদদুনা হেন্না হেন্না নুপীবু নমজা-নমথেক্লবা হেনগৎলকখিগনি। মরমদি লৈবাকসিদা অহকপা চৈরাক লৈতবনা মীচঙ-শঙ্গ নাইদুনা কনখৎনবদগী ফৎতবশিংনা তৌনিংবতা তৌদুনা লৈরে। নর্গিস মীশিগী থৌদোক অসিগী অচুম্বা লংলা-লংজিল পুথোক্তুনা অহকপা চৈরাক পীদুনা তুংদা অসিগুম্বা থৌদোক অমুক হন্না থোকহল্লরোইসি। লোয়ননা লৈখিদ্রবী নর্গিসকী ইমুং-মনুংগী অৱাবদসু শরুক য়াবদা নত্তনা জে এ সীনা চঙশিল্লকপা খূদিংমক্তসু শরুক য়াগনি হায়নসু চেরোলদুনা ফোঙদোরক্লি।

সাহিত্য একাদেমী এৱার্দশিং লাউথোকখ্রে

ইম্ফাল, দিসেম্বর ৩০(ঐচ এন এস): সাহিত্য একাদেমীনা ঙসি লোল ২০গী ওইনা সাহিত্য একাদেমী এৱার্দশিং লাউথোকখ্রে। শৈরেং লাইরিক তরেৎ, নোভেল অনী, সোর্ট ষ্টোরি মঙা, প্লে অনী অমদি বাইওগ্রাফি, ওটোবাইওগ্রাফি, ক্রিটিসিজম অমসুং ইপিক পোইট্রিগী লাইরিক অমমমনা সাহিত্য একাদেমী এৱার্দ ২০২১ ফংলগনি। গুজরাতি, মাইথিলি, মণিপুরী অমসুং উর্দু লোলগী ওইনদি সাহিত্য একাদেমী এৱার্দ অসি কোন্না লাউথোক্কনি হায়না সাহিত্য একাদেমীগী সেক্রেটরি ডা. কে শ্রিনিভাসারাওনা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

এৱ্যের্নেস কম দ্রাইভ চথখ্রে

ইম্ফাল, দিসেম্বর ৩০(ঐচ এন এস): নেসনল কঞ্জ্যুমর দেগী মখা শমথরকপা ওইনা ঙসি নম্বোল কৈথেল অমদি মসিগী অকোয়বদা লৈবা দুকানশিংদা এৱ্যের্নেস কম দ্রাইভ চথখ্রে হায়না প্রোটেক্সন এন্দ প্রিভার্জেসন কম্মিটি মণিপুর (পি পি সী এম)গী পব্লিসিটি সব-কম্মিটিগী কনভেনর লাইখুরাম জয়েন্তনা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

চেরোল অসিনা হায়, দ্রাইভ অসিদা হাংলিবা দুকান পুম্নমক্না পোৎ-চৈগী মমল থেৎলমদবা অমদি কেস মেমো অমত্তা শীজিন্নরমদবা থেংনখি। অরূম্বা ওন্নবা মেছিন অমদি ফালা অমত্তা মওং-মরিল তারমদে। ৱেটসু অমত্তা ফাদে। মসিগী মরম হংলুবা ৱেট এন্দ মিজর দিপার্টমেন্টকী মীওই চহী খূদিংগী লাক্তুনা য়েংশিল্লম্বনি। অদুবু হৌখিবা চহী ৫/৬ কৈথেল অসিদা লাকখিদ্রে। মসিনা মরম ওইদুনা ৱেটকী মতাংসিদি ঐখোয়দি খঙদ্রে। লাকপীরিবশিংনা মসিনা মতাংদা মরী লৈনবশিংদা তম্বীয়ু হায়রকখি। মসিগীসু মথক্তা য়োল্লম্লিবা পোৎ-চৈ কয়াদা মেন্যুফেকচরগী দেট নীংথিনা থাদবা অমদি এম আর পিদা থাবা মমলগা য়োনবা মমলগা তঙ্খায় খেন্নবা পোৎ কয়া অমসু য়াওরমখি। পোৎ লৈবীরিবা মীওইশিংনসু এম আর পি, মেন্যুফেকচর অমদি এক্সপিয়রি দেট মুন্না য়েংবীরগা পোৎ লৈবীয়ু। লোয়ননা কেস মেমো লৌবা কাউবীগনু। মখা তানসু লমদম অসিগী কৈথেল পুম্বা য়েংশিন খোঙচৎ চৎখিগনি হায়নসু ফোঙদোরক্লি।

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
এসিস্টেন্ট প্রোফেসর (বাইওস্টেট) জেনিমস
চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ৩১।১২।২০২১ ইং, ইরাই; অয়ুক পুং ১০.৪০ ফাওবা পোইনুগী ২৭ নি পাল্লি, মতুং ২৮নি পানগনি।

মেষ: অরিবা থবক পাঙবা, য়েৎনরম্বা কোকচবা, য়েক্লববু লায়না খুদুম চনবা অমদি পোরম শিল-লাংবা হৈবা নুমিৎনি। আশা চাওবনা মাঙজবদি লৈগনি-ফিংগনু।
লৈশা পাখংশিংগী- নিংবা মপা চারোই।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

বৃষ: নিংবা থুংগনি, অফবা মফম ফংজগনি, অনৌবা ৱাখল্লোন পোক্কনি অমদি শেন্দোং তানবদা খুমাং চাওশিনগনি। য়েৎনবা অমদি চিঞ্জাক কাম্বদি মাঙজগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবা ফংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

মিথুন: নরল চাওখৎপা, ৱাখল লৈবনা মায় পাক্লবা থৌ পাঙবা হৈবা অমদি লাইবক ফবা খরদি লৈগনি। মীয়াম্না ৱারৌবা, অনম কনবা য়াদবা-মাঙজবদি লৈ।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবনা চানবী।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

কর্কট: খৎনবা অমদি মুক্লবা তৌগনু , হোয়া ফগনু-কান্নরোই। ঙসিসু হনবা লৈতনা হোৎনবগী মহৈ ফংগনি। ৱাফংনবা য়াওরুনু, লৌশিং চাওবগী ৱা তাউ।
লৈশা পাখংশিংগী- মতম মাঙগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

সিংহ: অনৌবা থবক নত্তনা লম খুদিংদা মায় পাকচবা নুমিৎনি। লৌশিং চাওবনা য়েৎনবদা মায় পাক্কনি, ৱাখল তান্নরমদবা তান্নথোকপা য়াগনি, য়েক্লবা ঙমগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- লান্দবনা লাকচগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

কন্যা: পল্লম্বা শেল-থুম অমদি মীয়ামগী মতেং ফংবৈ নুংঙাইজবা নুমিৎনি। মীতোপ্পা লান্না পাউথোকপিবা অমদি মরুপ মপাংনা হুন্দুনা ঙাংবদি লৈগনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবা ফংই।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

তুলা: নিংহন্নগনু লাকচবীনবা লৈরোই, পাইরক্কী লৌশিং চাওই অমদি লৈঙাকলোনগী লমদা মায় পাক্কনি। অনৌবা থৌরম পাঙবদি মতাং চাদে-লন চৎকনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নুংশিবনা চানবী।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা।

বৃশ্চিক: মায় পাক্কনি, লাইবক ফগনি, শেন্দোং য়াম্না লৈগনি অমদি অরং-অরাক ফংবগুম নুংঙাইজগনি। খোয়রাংবদি লৈ-ফিংগনু, য়েক্লবনা হৌরক্লসু লৈথোকউ।
লৈশা পাখংশিংগী- ৱাখল নুংঙাই।
থৌনি পোৎলম : লৈ/চিনি অঙাংবা।

ধনু: অরাপ্পগী মী লোয়নবা কান্নগনি অমদি থাজদবা কান্নবা খরসু হান্নগুম লাক্কনি। খুৎ চাওবদি য়াদে, য়েৎনবসু মায় পাকপা ৱাগনি অমদি মরুপ মপাংনা তাথি।
লৈশা পাখংশিংগী- পাউ নুংঙাই।
থৌনি পোৎলম : লৈ নাপু/য়াইঙং।

মকর: শেল অমদি মীচঙ ফংগনি। অদুবু মীয়ামগা মরি ফনবা, মৈদগী চেকশিনবা অমদি হুরানবদৈ চেকশিনবদি মথৌ তাগনি। ৱা য়াম্না ঙাংগনু অমদি নোল্লুক্লা চৎলু।
লৈশা পাখংশিংগী- নিংবা মপাদি চাই।
থৌনি পোৎলম : লৈ হিগোক।

কুম্ভ: য়েক্লবা মাঙখিনি, মীচঙ হেনগৎকনি, নিংহন্নদবনা কান্নবা ফংগনি, থৌনা লৈবনা থবক পাঙগনি। ৱারেপ লৌবা য়াগনি, লৈঙাকলোনগী থৌরম পাঙবা য়ারনি।
লৈশা পাখংশিংগী- নিংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙাংবা।

মিন: অঙম্বনা ৱারৌবা লৈরসু তেংবাঙবীগনি, লেঙদবা লন চাওখৎনবগী মরম উগনি, পল্লম্বা শেল ফংগনি, পোরম শিনবা হৈবনা মীংচৎ ফংবগুম নুংঙাই।
লৈশা পাখংশিংগী- লাইবক ফবদি ৱাৎলি।
থৌনি পোৎলম : লৈ অঙৌবা/শঙ্গোম।

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।

মমি ৱারী

লৈরাং অহুমগী ৱারী

অথোইবা সৌবাম (ভিজুয়েল আর্টিষ্ট)