ঐখোয়গী মীৎয়েংফম ওইরিবা ম্যান্মারগী মীতৈশিং

থম্মোয় পাউদম | ও সি মৈরা

ম্যান্মারদাদা খুন্দা লৈতাদুনা লৈরিবা মীতৈশিং অসিগী ঙসি ঙসিমক ওইরিবা পুন্সি মহিংসিগী খনবদা লমদমসিদা লৈরিবা ঐখোয়দা য়াম্না পুক্নিং নুংনাংনিংঙাই ওই। অচৌবা ঈপাক্তা তাউবা অহাংবা হিংবা অৱা লৈবাক্তা লৈরিবা মীতৈশিংগা পাগ দম ওইরে। করম্না মখলগী উপায়নো মীতৈগী হৌরকফম ওইরিবা ইরমদমদা লৈরিবা ঐখোয়না শান্নবদা মতম অমদা ঐখোয়না শান্নবদা ৱাহৈ ওইনা শীজিন্নরম্বা কৱো কদোম, অৱা কদোম? হায়বদু নীংশিংদুনা অৱা লৈবাক্তা লৈরিবা মীতৈশিংগী শিংলিগী ঈচেল লেপখিদনবা মীনুংশিগী মীৎয়েং থম্ফম থোক্লে।

ঙসি ম্যান্মার হায়না কৌপ্পবা লৈবাকসি ঐখোয়গী অহল লমনশিংনা কৱো অদুগা অৱা লৈবাক হায়না খঙনরম্মী। হান্না বর্মা হায়না কৌরম্বা লৈবাকসি কুমজা ১৯৮১ গী মে থাদগী ম্যান্মার কৌপ্লে। মতম অমদা মন্দলেদা লৈরম্বা ঐখোয়বসিগী কোনুং ওইরম্মী। মন্দলেগী অকোয়বদা মীতৈগী খুঙ্গং কয়ামরুম তারি। ঙসিদি লৈবাকসিগী কোনুং য়াঙ্গোনদা ওইরে। য়াঙ্গোনবু মতম অমদা রেঙ্গুন কৌরম্মী। য়াঙ্গোনদসু হৌজিক হৌজিক মীতৈগী খুঙ্গং কয়া লৈরি। মা-ও লোনে, য়েমাই, কমা খুৎ অমদি পোগোদেও মীতৈগী খুঙ্গংশিংনি। খুঙ্গং অসিদা খুন্দারিবা চহী নৌরিবা পাখং লৈশাবীশিং হায়বদি নহারোলশিংদি মীতৈলোন ঙাঙবা অৱাবা ওইরে।

উং সান সু চিগী নেসনল লিগ ফোর দেমোক্রেসি পার্টিনা মীখলদা য়াম্না চাউনা মায় পাক্লবসু লৈবাক ঙাকপগী হক লান্মীগী খুৎথাংদা ম্যান্মারগী লৈঙাক লৈরি। দেমোক্রেসি লৈত্রবনা ম্যান্মারগী মীচমশিং য়াম্না ৱানা লেপ্পি। করিগুম্বা লম্নাই লুপ, ওর্গানাইজেসন, এসোসিএসনশিংনা অমত্তা লীংবা য়াদে মরম অসিনা ম্যান্মারদা লৈবা মীতৈশিংনা অপুনবা পাঙ্গল শাগৎনবা লুপনচিংবা শেমগে খল্লকপা মতমদা য়াদে। ম্যান্মারদা মীতৈশিংগী মশিংদি হেনগৎলকপা অদুবু মীতৈদগী অতোপ্পা ফুরুপতা ওঙ্খোকখিবা, শাগৈ ওনখিবা, মীতৈ ওইনিংঙতবা মীশিং নানং নোংমাই হেনগৎলক্লি। বৌদ্ধ লাইনিংদা লাইমিং লৌদুনা অৱা ওনখিবা কয়া য়াওরে। চৎনিংবা লাইনিংদি

ইম্ফালদা লাক্লম্বা ম্যান্মারগী মীতৈশিংবু তরাম্না ওকখিবগী শক্তম অমা

চৎফমসুনু অদুবু মীতৈ ওইনিংঙতবা হায়বসিদি ওঙ্খোক্লা লাইবক থীবগী মশকনি। অসিগুম্বা খুদোংথিবসি বংলাদেশকী মীতৈশিংদসু য়ৌরকপা তারে হায়দুনা বাংলাদেশতদি মীতৈশিংনা লুপ কয়া শেমদুনা কন্নবা হোৎনরে। মীতৈনা মীতৈ ওইনিংঙতবগী মরমসি করিনো হায়না নৈনরসি।

মসিগী হৌরকফমদি মালেমগী অতৈ মফম অমত্তদা চৎনদ্রবা খুৎশেমগী হিন্দু লাইনিংনা ঐখোয়গী ইরমদমসিদা মঙক থিনগৎলকপদগীনি হায়দবা য়ারোই। চীংমীগা তম্মীগা লাপথোক্লহনবসু হিন্দু লাইনিং অসিনিনি। ম্যান্মারগী মীতৈশিংগী মনুংদা মীতৈ ওইনিংঙক্তবশিং অসিদা লাইনিং অসিনিনি। আসামদা লৈবা মীতৈশিংগী মরক্তা অনী থোকহনবসু মসিনিনি। ঐখোয়গী লোল ময়েক মাঙহনবসু লাইনিং অসিনিনি। মালেমগী মফম কয়াদা চৎনরিবা হিন্দু লাইনিংগা ঐখোয়গী লমদমসিদা চৎনরিবা হিন্দু লাইনিংসিগা মায়দে হায়বসিদা অইবনা পীজরিবা ৱাখল্লোননি।

কুমজা ১৮১৯ দগী ১৮২৫ ফাওবসি মণিপুর চহী তরেৎ খুম্ভাকখি। কংলেপাক মণিপুরগী কোনুং ওইরিবা ইম্ফালসি মী ১০০ ফানা লৈখিদে হায়নৈ। খুম্ভাক লানশিখিবসি চৌরাজিং, মার্জিং অমদি গম্ভীরসিংহগী মতমনিনি। নিংথৌ মচাশিং কছারে লমদমদা চেনখি। মীওই কয়াসু মমা লৈবাক থাদোক্লগুনা চেনখি। অৱা লাগ্গ্ৰীশিংনা লমদমসিগী মীওই কয়াবু যন ইরোই হোইবগুম নোংপোক চীংশাং লাল্লগা হোইদুনা পুখি। মখোয়শিং অদুগী মনুংদা বামোন, সনা শাবা, পাঞ্জি, উ শুবা মীওই কয়াসু য়াওখি। অৱাশিংনা মীতৈবু কতে কৌই। বামোনবুনা পাউনা কৌই। মন্দলেগী অকোয়বদা পাউনা লিশিং ১০ রোম লৈ। অৱানা চহী তরেৎ খুন্তাকপদা পুখিবা মীতৈসি লিশিং ৪০ রোমনি। মতমদুদদি মণিপুরসি ঙসিগী মীশিংসি ওইদ্রি। অদুনদি মীশিংগী শরুক মঙা থোকপগী মীতৈ অমরোমনি অৱাদা চৎখ্রবনি। চহী তরেৎ খুন্তাকপগী মতমসি মণিপুরদা হিন্দু লাইনিং লীচংকী খমথেংনা মচ্চিন তুমখলকপা মতাংনি। জাৎ বিজাৎ, অমাঙ অশেং, শাগৈ অচৌবা, শাগৈ মচা খায়বগী তমথিবা হুনা লুতোন কারিঙৈনি। মমালৈবাক থাদোক্লনা চৎখিবশিং অদুসু হিন্দু লাইনিং চৎপা ঙাক্তনি। অৱাবা তামিন্নদুনা মমা লৈবাক থাদোক্লগা চৎখিবশিং অদুদসু নৈনবা মীতৈনি, নঙনা নিংথেম মচানি, নঙনা বামোননি, নঙনা শেঙই, ঐনা শেঙস, নঙনা অমাঙবা, অতোনবনি হায়বগী ৱাখলসিদা লাইউনদুনা চৎখি। মীয়ামদা লানফা ওইনা লৈরবদসু ফিদা অমত্তা ফম্মিন্নবা য়াখিদে। বামোনশিংনা লাংচরিবা লাইশিং অৱাগী খুবামনুংদা তাখিনি খনবদা ৱাজে। বামোন চুরানা মদনমুহোনবু কোৎবা শৌদৌপুঙগী লৈনুং অমা তৌথোকলগা লোংশিন্দুনা থনঙ্গগা লাঙ্গেংখি। অরাম্বা নিত্যাইনদবুসু ঙসি নিত্যাইগাং চুথেক হায়রগা খঙনরিবা মফমসিদা ফুম মরক্তা লোংশিল্লগা কছারদা লাঙ্গেংখি। রামজি কবুই খুন অমদা সেবা চৎলিবা বামোনদুনা লোংলগা থঙ্গম্মী। মদুগনী ঙসি ফাওবা রামজি কবুই খুন হায়রগা খঙনরি।

ঙসি ঙসিমক্লা ওইনা খ্বাইদগী মশিং য়াম্না পাখং অরিবা অমদি লৈশাবী অরিবী লৈবসি ম্যান্মারগী মীতৈ খুঙ্গংশিংনি। মীতৈ পাউনা হায়বদি বামোন লৈশাবীশিংনা অতোপ্পা ফুরুপচাশিংদা য়ুম পায়দে। লোল তান্নরিবা লাইনিং মান্নরিবা মীতৈশিংদা ময়ুম পানখিবা তারবদি মপুঙ্গিগী ওইনা ইস্থোকই। পাউনা পাখৎশিংনসু অতোপ্পা ফুরুপচাশিংগী চনু নিঙোল লৌরকপা য়াদে। মমা-মপানা পুন্সিগী ওইনা ইস্থোকই। মরম অসিনা ফুরুপ মান্নবা পাখৎ লৈশাবী থিবদা অৱাবা ওই। হৌজিকমক চহী ৬০গী মথক্তা লৈবা লৈশাবী পাখং কয়া ম্যান্মারগী মীতৈশিংদা লৈরি। মসিসু পাউনা বামোনদনা অয়াম্বনি। মীতৈশিংনসু অৱা নুপী লৌরকপা অমদি অৱাদা ময়ুম পানখিবা তারবদি মমা মপানা মপুঙ্গিগী ওইনা ইস্থোকই। ইস্থোকপগী কলচর অৱাবা থাক্তা লৈরি। মসিনা মরম ওইরগা অহনৈকতাউ হায়বা মীতৈ খুঙ্গং অমদি য়াওদ্রে। খুঙ্গংসিগী খুঙ্গা খরা অৱাগা চামিন থকমিন্নরকপা নিংথেমখুনগী মন্দিরদা লাই খুরুম্বা চঙলুবদা নখোয়দি মীতোপকা চামিন্নরুরবন মন্দিরদা চঙলকপা য়ারোই হায়দুনা চহনখিদে। অদুগী ঈকাইবা নংলবা খুঞ্জাশিং অদু বৌদ্ধ লাইনিংদা লাইমিং লৌখি।

লাইনিং অসিনা থোঙ লাউনা হাংদোক্লদুনা মখোয়বু চঙজফম পীখি। ঙসিদি মখোয় মমালোন কাউপ্লে। মখোয়গী শিংলিগী ঈচেল করিনো খঙবিদে। য়েংথিনরকপদগী মখোয়গী খুঙ্গং অদুসু মুৎপ্লে। অসিগুম্বা অমাঙ অশেং খায়বগী অকনবা চৎনবীসি হায়বদি শাগৈ জাৎকী পাউথোকফমদা অচাউরম তাৱবদি মওংসিদগী ম্যান্মারগী মীতৈ কয়া অতোপ্পা শাগৈগী ঈপাক্তা ঈতিনখি। অৱা লৈবাক্তা লৈবা মীতৈশিংনা লমদমগী হৌরকফমশিংবসু হুন্দুনা শাগৈগী মীনি হায়না খঙ্গি। অদুবু কনবা ঙমদবা মৈরি অমদি অৱা লৈবাক্তা লৈবা মীতৈশিংনা মশাগী লোলনা মমিং থোঙ্গুবা য়ারিবসি মশা মশাগী চকখুম মাঙদননি। মীতৈলোননা ঈচাগী মমিং খোল্লুবা অৱালোনদা থোনবা য়াদে। লাইরিক তঙ্খদ অমদি থবক তৌবদা অৱা লোলগী মমিংদু শীজিন্নরি। মীতৈলোলনা থোনবা মিং অদুনা ইমুং মনুংদদা শীজিন্নরি। অদুনদি ম্যান্মারদা খুন্দারিবা মীতৈশিংগী লাইবক হয়েংদি করি ওইগনি। করম্বা উপায়ননো মখোয়গী ঐখোয়গী পাউ ফাওনগদবা। করম্বা উপায়ননো মখোয়গী মতেং পাংগদবা।

লৌশিং পুক্কে

ভেজিটরিয়ন অমসুং নন-ভেজিটরিয়ন

মনা মশিংখক্তা চাবা ভেটিরিয়-নশিং পুন্সি নুংশাংনা হিংবা ঙম্মী হায়বা ৱাফম অমা মতম কয়াগী মমাঙদগী ঐখোয়না তাবা ফংলে। অমরোমদা, শা-ঙা চাবদা নন-ভেজিটরিয়নশিংনা মশা মউ ফবা হেল্লি হায়বা ৱাফম অমসু অদুম্মক ঙাঙনদুনা লাক্লি। ৱাফম অনী অসি করম্বনা চুম্বগে হায়বদুদি ময়েক শেংনা খঙবা ঙমখিদে।

ওষ্ট্রিয়াগী মেদিকেল য়ুনিভর্সিটি ওফ ক্রেজনা হন্দক্তা পাঙথোকখিবা স্টদি অমগী মতুংইন্নদি মনা মশিং খক্তা চাবা ভেজিটরিয়নশিংদগী শা-ঙা চাবা নন-ভেজিটরিয়নশিংনা হকচাং ফৰা হেল্লি হায়রি। তৌবগীবুদি মনা মশিংসু চাবা অদুগা শা-ঙাসু চাবা ওইগদবনি। স্টদি অদুবু লুচিংখিবা নটালি বর্করনা হায়খি, মনা মশিং খক্তা চাবা মীওই

অমগা মনা মশিংসু চাবা অদুগা শা-ঙাসু চাবা মীওই অমগা চাংদম্নদুনা য়েংবদা অকোনবগী মীওই অদুনা মশা মউ ফবা হেল্লি। মসিগী মরুওইবা মরমদি মনা মশিংদগী ফংবা ঙমদবা ন্যুট্রিয়েন্ট কয়ামরুম শা-ঙা চাবদগী ফংবা ঙম্নননি। ভেজিটরিয়ন দাইট চাবা মীওইশিং সেচুরেটেদ ফেট অমদি কোলেস্টেরোল মতিক চাবা ফংবা ঙমদবনিনা কেন্সর, এলর্জি অমসুং দিপ্রেসনগুম্বা মেন্টেল হেল্থ প্রোব্লেমগী রিস্ক হেনগৎলকই।

স্টদিগী রিপোর্টনা হায়খি, মপুং মরৈ ফারবা ওষ্ট্রিয়নশিংগী পুন্সি মহিং য়েংশিনবদা ভেজিটরিয়নদগী নন-ভেজিটরিয়ন্না হকচাং ফৰা হেল্লি হায়বা খঙলে। করি মরমগীনো হায়বদুদি চপ চানা খঙবা ঙমদে অদুবু মনা মশিং খক্তা চাবা ভেজিটরিয়নশিং অজমা, কেন্সর অমসুং মেন্টেল দিওর্দরগী রিস্ক ৱাংনা লৈ।

ওষ্ট্রিয়াগী মীওই খরনা চাবা থকপগী মওং মতৌ অমসুং পুন্সি মহিংগী মতাংদা রিছার্চরশিংনা কুপ্না য়েংশিনখি। চহী মতাং, নুপা-নুপী অমসুং সোসিও ইকোনোমি ষ্টেটসকী মতুংইন্না মীওই ১৩২০ গী মওং মতৌ য়েংশিনখিবনি।

হায়রিবা মীওইশিং অদুগী মনুংদা মীওই ৩৩০ মনা মশিং খক্তা চাবা ওইরম্মী। অতোপ্পা মীওই ৩৩০ না শা-ঙা চাবগা লোয়ননা মনা মশিং অমদি উহৈ ৱাহৈ চাবসু ওইরম্মী। শা-ঙা চাং হন্থনা চাবা মীওই ৩০০ অমসু কা-হেন্না শা চাবা মীওই ৩৩০ সু য়াওরম্মী। স্টদি অদুগী রিপোর্ট মতুংইন্না মনা-মশিং খক্তা চাবা ভেজিটরিয়নশিং য়ু থকপগী চাং হন্থবগা লোয়ননা বোদি মাস ইন্দেক্সসু নেম্না লৈরম্মী। অদুবু মপুং ওইনা য়েংবদা হকচাং ফবা ৱাৎলম্মী।

শা-ঙা চাং হন্থনা চাবা মীওইশিংসু হকচাং ফবা ৱাৎলি হায়বা খঙলকখি। অদুবু শা-ঙা মরাং কায়না চাবগা লোয়ননা উহৈ-ৱাহৈ অমসুং মনা মশিং চাবা মীওইশিংদি হকচাং ফৈ হায়রি। কনাগুম্বা খরনা ৱাফম অসিবু শা-ঙা (মীট) ইন্দষ্ট্রিগী এদভর্টিজমেন্ট তৌবীবনি হায়না ফোঙদোরকপা লৈখি। হীরম অসিগী মতাংদা রিছার্চরশিংনা হায়খি, অখন্নবা চীঞ্জাক অমদা হঞ্জিন হঞ্জিন চাবগী মহুৎ মচল শুনা চাবা হায়বসিনা অচুম্বা খোঙথাং ওইফম থোকই। শা-ঙা চাগদবনি হায়দুনা কা হেনবা মওংদা হেঞ্জিন্না চাগদবা নত্তে। চাং অমা য়েংলগা খজিক খজিক চাগদবনি। মসিগা ইরোয়ননা মনা মশিং অমদি উহৈ ৱাহৈসু অদুম্মক চাগদবনি।

থৱায় পানবশিংগী মরক্তা মীওইবনা খ্বাইদগী শিংবা অমসুং ৱাখল খনবা ঙম্বা কাঙলুপনি হায়বসিদা থোইনা য়েৎননিংঙাই লৈত্রে। অদুবু অনা অয়েক য়াওরক্ত্রিবা ফাওবদি মীওইবনা হকশেলগী লমদা থোইদোক্না চেকশিন থৌরাং লৌখৎনদবগী মওং অমা উবা ফংলি। মালেমদা লৈরিবা লন-থুম ময়াম পুল্লপ পুনশিল্লবসু মীওই অমখক্কী পুন্সি লৈবা ঙমদে হায়বা কান্নসু খঙ্গদে। মতাং অসিদা হকচাং ফবনা অথোইবা লননি হায়বা মমাঙঙৈদগী হায়নদুনা লাক্লবা ৱাফম অমা নীংশিংবা কান্নগনি। কনাগুম্বা মীওই অমদা মখোঙ অনী অমসুং মখুৎ অনী ককথৎলগা পীরকউ, লুপা ক্রোর অমা পীগে হায়রুবদা কনামত্তা য়ারক্লোই। ফম্না লৈত্রে হায়রিবা মীওই অমদা লুপা ক্রোর ১০ পীগে হায়রবফাওবা মখোঙ-মখুৎ ককথৎলগা পীরকউ হায়বা য়ারোই। অদুনদি মীওইবা অমখক্কী পুন্সিনা মালেমদা লৈরিবা লন-থুম পুন্নমক্তগী হেন্না মমল লৈ হায়বসি অচুম্বনি হায়বা তাই। হকচাংদা য়াওরিবা তোঙান তোঙানবা কয়াৎশিংগী মগুন পুন্নমক কয়াৎ অদুনা য়ারক্ত্রুবা মতমদতা খঙনরকপগুম তৌরি। মরম অদুনা মীওই অয়াম্বা হকচাং ফনবগীদমক শেল থাদবদা পান্মুবা পোক্লরি।

শিংজুশিংগী নিংথৌরেল সেকমাইগী শিংজু

য়াইস্কুল খ্বাইরাকপম

তাইবঙ মপুনা শরোই লাইয়াম পুম্ন মক্তা লোইনদুনা কোরৌ নোংদি নোংশেম্বা, মালেম লৈদি লৈশেম্বা লোইরবদা তাইবঙ থৱায় পানবা, লেঙলি পাল্লিবা, অচৎ-অওক অমত্তা চিংথদনা মচা ইবুংঙো অশিবা (তুৰৈশেনবা) দা শেমহল্লকই। শেল্লগদা তোকপা য়াদবনা তরা চিন্দম্ন বা শংনা চাবা য়াবা মরম ১০৮, মুন্না চাবা য়াবা মরম ১০৮ অতৈ পোৎলম ময়াম্না শেম শাদুন, শিদ য়েন নাদ য়েন অসিনচিংবসু অৱাৎপা অমত্তা লৈতনা থম্বীরম্মী। অসিগী মথং তারকপদা মানা মানা পামজবা চীঞ্জাক চাক এন্সাং, শিংজু, চম্ফুৎ অসিনচিংবা শেম শাদুনা চানখি। চাবদা হকচাংদা মচি ওইগদৌবা, চাবদসু হাওগদৌবা, পূক্নিং লৌশিং ওইনগদৌবা চাকপুদি চাক ওইজখ্রে। শংনাচাবা য়াবা মথেল/মচলশিংগী মনুংদা শিংজু মথেল অসিসু তৎন-থানবা য়াদ্রবা মথেল অমা ওইনা লাই হাক্তক্তগী য়াম্না পাম্না চানরকই। অদুনা হন্দক ইম্ফাল ইষ্টকী চনাদা (নুংশিকোলদা) শিংজু ফেষ্টিবেল অমা পাঙথোকপা অসিদি মরম য়াম্না চাই।

লাই হাক্তক্তগী শিংজু পীজরগা পেনহনবা, ওৎপা নৈবা তৌরক্লবা ফাওবদা শরোই লাইয়ামশিংসু শিংজুনচিংবা মচল শুনা থাদোক্লগা (খঙদোক্লগা) অনা-অয়েক কোকপীরম্বগী ৱারী লৈ। অদুনা হৌজিকফাওবদা শরোই খাঙলি। চিংউ মচিঞ্জাক খোয়ুম ময়ু খাঙবু খঙদোক থাদোক তৌরবদি চিংউ তিনকোকপী, খোয়ুম লাইকোকপীরি। মসিদা মরুওইনা হৈবী মনা শিংজু অসি মপুং ওইনা য়াওরি। হৈবী মনা শিংজু অসি শরোই লাইয়ামশিংসিনা চারুবদা মখোয়না পুমপেন পেনবীদুনা অনা অয়েক, ওৎপা নৈবা তৌবা অদু কোকপীরম্মী। মসি হৈবী মনা শিংজুগী মতিক ময়াইননি।

ঐগী য়ুমদা মীয়াম তীনবা অসিদসু শরোই লাইয়াম ইল্লি হায়দুনা থৌরম লোইবা খুদিংগী শরোই খাঙবা অমা ইতৎ তত্তনা পাঙথোক্লরি। মসিদসু লাইগী ওইবা পোৎচঙ চৈচংদসু হৈবী মনা শিংজু অসিনা মপুং ওইরি। শিংজুগী মথেল অসি য়াওদ্রবদি শরোই লাইয়ামশিং অসিনা মপুং ফানা লৌশিনবীদে অদুনা শিংজুগী মথেল অসি কয়াদা মরু ওইরিবনো।

লাইয়ামশুবা শিংজু :

ইবুধৌ অৱাং কৌব্রুগী লাই হরাউবগী নুমীৎ নীনি ৱাৎলিঙৈগী মমাঙদা *লাই য়ামশুবা* হায়বা লাইগী পুক য়ু শেম শানবা য়াম শুই। মসিদসু হৈবী মনা শিংজু শুরগা, লাইদা কৎলগা, মচা মনাই ওইবা ঐখোয়না চাবগী চৎনবী লৈ। মসিদসু ইবুধৌ কৌব্রুগী মরোয় মনাওশিং অসিনা শিংজুবু পামজনা চাই হায়বগী খুদম চাংদম ফংলি। শিংজুবু লাইদা কৎচরবদি কৎচবগী মহয় লৈরল্লিবা অসিনা তাকপদি শিংজু অসি য়াওদবা শুংয়ামক য়াদ্রে তাক্লি।

য়ুম পরিং হুনবা শিংজু :

ঐগী য়ুম অনৌবা অমা শানবগী হয়েং উরেপ উয়ুং তমগদৌরিবা অসিগী মাঙওইননা ঙসি নুমীদাংৱাইরম অসিদা য়ুম শানবগী পরিং হুনবা হায়বা থৌরম অমা পাঙথোক্লি। কয়া চাউনা শাগনি, কয়া পাকপা, কয়া শংনা, উরেপ উয়ুংনা কদায়দা তমগনি, কা য়াৎথোকপা, মফম খঙদোকপা, অখঙ-অহৈশিং, অমাইবা মাইচৌশিংনা য়েংশিল্লিঙৈ অসিদা উ য়ৈবা হায়দুনা অফবা মীওই অমা (তেক্ত-কায়দবা, মচা নুপা-নুপী, মথং মনাও নাইনা পোকপা, ময়াই কাবা পোৎ শীজিন্নদবা মী) অমনা উহৌ ওইগদৌরিবা উ, নুঙ, চেক অফবা অমা খল্লগা হূই-হৌদোংনা শোক্লোইদৌবা মফম অমদা থম্বীরমগনি। উরেপ তম্বীগদৌবা মফম অদুসু নীংথিনা তৌথোক্লগা ৱাই ফজনা তৈথোক্লমগনি। মতম অসিদা য়ুম্বুরেম্বীনা মাগী মচা মনাওশিংগা লোয়ননা মতম অসিদা ফংবা মনা মশিংশিংগী নীংথিব, মচল শুবা শিংজু শুদুনা লাকপীরিবা মীওইশিং অদুনা অফব, নুংঙাই-য়াইফবা ওইজগে হায়দুনা শিংজু চামিন্নবগী থৌরম অমা পাঙথোক্লি। মসিনা তাক্লিবদি শিংজু হায়রিবা পোৎলম অসিদি থৌনি থৌরম কয়াদা য়াওদ্রবা য়াদ্রবা তঙাইমক ফদ্রবা মচল অমদি ওইরি।

য়ুমশেংবা-১ :

য়ুমশেংবা মখল অনী শুরি। অহানবা অসিনা অঙাং অমা পোকপগী য়ুম মাঙলম্বা অদুগী য়ুম কৈ শেংবা অসিনি। অঙাং অমা পোকপগী য়ুম শেংবদি ইমা-ইবেলশিংদগী ওইবা থৌরমনি। অদুগা থৌরম অসি পাঙথোক্লবগীদমক য়ুম্বুনা লাকপীনবা পাউজেল কচ্চবা অদুসু চৎনদে। অতা অতাবা ইমুং মনুংগী নুপীশিং, মরী মতাশিং, অঙাংগী নীংথা অমা, নাহোং অমা, শেল ওইনা অঙম্বা খরা পীবগী চৎনবী লৈ।

য়ুম শেংবগী পোৎচঙ হায়রগদি মরু ওইনা হৈবী মনা শিংজু অসিনা ওইরি। হৈবী মনা অসি ফংনদবা মতমসু য়াওরকই। হৈবী মনা মমিংদা ওইনা হাপ্পগা মতম অদুগী অফং অফংবা মনা মশিংনা শিংজু শুরগা শরুক ওইনা য়ৈখৎলগা নীংথিনা

থোংলবা শা-ঙা মচেৎ ১/১, ২/২ হাপ্পগা শেম্বা শিংজুশিং অদু লাকপীরিবা ইমুং মনুং, মরুপ মপাংশিংদা য়েল্লগা চামিন-থকমিন্নরবদি থাঙলম্বা য়ুম শেংলে।

থৌরম অসি পাঙথোকপদি মাইবী খোয়রেনবী অমনা অঙাং অমদি অপোকপী মমাগীদমক অকোকলোন, নাহৈ নাশেংদুনা অহানবদা পাঙথোকপীখ্রবা, শেংদোকপীখ্রবা তুংদা শিংজু অসিনা কোন্না শুরগা থোঙ্গালদা লাইগী ওইবা শরুক অমা থাদোকপীরগা য়ুম শেংবগী থৌরম পাঙথোক্লি। থৌরম অসিগী য়াম্নমক মরুওইরিবা অসিসু শিংজু ওইরি। লাইগীদমকসু শিংজু, মীগীদমকসু শিংজু। শিংজু! নঙদি শিদ য়েন্নি। শিংজু! নঙদি নাদ য়েন্নি।

য়ুম শেংবা-২ :

শাগৈগী মী লৈখিদবা/শিবা য়াওরবদি শাগৈ পুন্নমক য়ুম মাঙলে। লাইগী তীনগী থবক থৌরম অমত্তা পাঙথোকপা য়ানদ্রে। ঙল্লিঙৈ মতমদদি শিবগী য়ুমশেংবা অসি নুপা শিরগা নুমীৎ হুম্নী, নুপী শিরগা নুমীৎ নীনি শুবদা য়ুম শেংবগী থৌরমসি পাঙথোক্লরম্মী। হায়রিবা নুমীৎ মশিং অসি ঙাইবদা হান্নগা নুমীৎ থা য়েংদুনা লাই-তীন থাবা (লুহোং-কৈহোংবা) চাক খাঙবা, নাহুৎ নারেং নুমীৎ লৌরগা থম্বা নুমীৎতা হেক হেক ফাংনবা য়াওরকই। অদুনা থৌরমশিং অসি পাঙথোকপা য়ানবা য়ুমশেংবগী থৌরম অসি মং কারকপদা ঙসি অসিমক্তা য়ুম শেংদোকপগী থৌরম পাঙথোক্লরে। শেংদোক্লরে। য়ুম্বুনা অহল লমন লাই ওইরবশিংদা য়ুম-কৈ শেংজখিগে হঙ্গৎচরগা লাই ওইরবা অহল লমনশিং অসিনা য়াবীবদগী শেংদোক্লবনি। অনীশুবা য়ুমশেংবা অসিদদি নুপা নুপী পুন্না পাঙথোকমিন্নবনি। শারম ঙারম নাইনা পাঙথোকপীবা ওইরবদি নুপা অহল-লমনশিং অদুনা শিংজুগী মচি মচি অদুনা অহল মথং মনাও কায়দনা মকোক মথং অদু হাপ্পীগনি।

ইমা-ইবেলশিংনা (মৈশুবীশিংনা) ফমদেংলিবা লাইগী মফম অদুদা লাইগী ওইবা শরুক অমা কৎপীরগা (তম্বীরগা) য়ুমশেংবগী শিংজুসি থাবীগনি। য়ৈখৎলবা শিংজু শরুকশিং অদু নুপা অহল লমনশিংগী অমা, নুপী ইমা ইবেলশিংগী অমা অসুম্না অনী থোক্লা নুপাগীনা নুপা নহানা, নুপীগীসু নুপী নহানা য়েন্থোকপীদুনা থুংলবা মতুংদা পুজারি অহল অমনা শিনবা লাংবা লোইজরে হায়না হঙ্গৎচরগা তংনৈ। চানৈ। হৌজিক্তি য়ুম শেংবা অদু শেংলে। য়ুম শেংবগী থৌরম পাঙথোকপীখ্রে। ফমদেংলম্বা লাইগী চাক-ঈশিং, কৎচরম্বা হৈ-লৈ, য়ুমশেংবগী শিংজু শরুক মৈশুবীশিংনা থোঙ্গালদা পুথোক্লগা থাদোক-পীরুগনি। ফমদেংবদা শীজিন্নরুবা ফিরোলশিং শুমাঙদা পুথোক্লগা ফক অমা থারগা কম্থোক্লগা ইমুংদা পুশিনখিগনি। থোঙ্গালদগী মৈশুবী ইমা ইবেলশিং থাদোক্লুরগা ইমুংদা চঙখিবদা য়ুম শেংবগী থৌরম লোইরে।

মরম: য়ুম শেংবনি হায়না য়ুম শেংলবদি হৈবী মনা শিংজু, অতৈ অতৈ মতম অদুদা ফংবা মনা মশিং (শিংজু য়াবা পোৎলম) মরুওইনা হৈবী মনা অসিমদি তঙাইমক ফদনা অরৈবা মনা অমা অনীদা ওইরবসু য়াওহল্লগা পাঙথোকপীগনি। শিংজু হায়রিবা মচল অসিনা শিংজু শুরগা শেংবা য়ুম শেংবা নৎত্রবদি অতৈ অতৈনো য়ুম শেংলিবনি হায়না য়ুমশেং কৈশেংনরিবা অসিদি সন্দংগী মহুৎ ঙাক্রানা শিনবা, সনাগী মহুৎ য়াইঙংনা শিনবা হায়বদুনি। কয়া পাঙদে। অদুনা শিংজুগী মতিক ময়াই কয়া চাউই হায়বসি মতাং অসিদা ময়েক শেংলে। অদুঙৈ নহান্নোং তাইবঙ মপুনা শংনা চাবা য়াবা মরম-১০৮ অদুগী লাইগীদা কান্নবশিং, মীওইবা ঐখোয়দা মচি ওইবশিং হে শিংজু, শিংজু নঙোন্দগী অমত্তা চিংথদনা পীবীরি।

না হুৎপ শিংজু :

সেকমাইগী শিংজুশিংগী মনুংদা শিংজুগী নিংথৌরেলনি হায়নরিবা শিংজুসি না হুৎপগী শিংজু অসিনা ওইরি। অঙাং অমনা চহী অহুম হায়রকপা ঙাঙবা শকপা হৈরকপা, অকি-অখঙ লৈতনা চৎপা খোৎপা ঙল্লকপা মতমনি। চহী অহুম হায়বসি অঙাং অসিগী অৱা অনা তাদনবা, লাংফম অপাইবা নংদনবা, খুয়া তুম্নৌ য়ুদনবা, নুংঙাই য়াইবী মরাং কায়না পান্ননবা, পুন্সি নুংশাংনা হিংননবা পাঙথোক্লবা থৌরমনি হায়না লৌনৈ।

হয়েং না-হুৎকনি (হান্না চাউম্বদা হুৎখিবা ওইরগনা সান শিনবা) হায়বসিগী ঙসি নুমীদাংৱাইরম অসিদা ওক শেম শারগা য়াম্না ফজনা থোং থাক্তুনা লাই খুদেংদা পানা পানা থল্লগা নিংথম থাগী অহিং অসিদা ঙারেল হৌহনগনি। শিংজু মনাসু ঙসি মল্লগা কম্থোকপা য়াবনা কম্থোক্কনি। চাম্বা য়াবা ওইরগনা মচুম নীংথিনা কংহল্লগা নুমীদাংৱাইরম অসিদা শোয়বা য়ারগা শোইরমগনি। নোংঙাল্লমদাইদা ইমা ইন্দোল, নুপী মৌনহাশিংনা শিংজু শুরগা খঙ্গ্রা লা (লৈতবা মতম ওইরগা লফু লা) দা শিংজুশিংদু মথং মথং য়ৈখৎতুনা, শিংজুগী মচি মচিদা শা ঙারেল অদু হাপ্তুনা থৌরম অসিদা লেঙবীরক্লিবা নুপা নুপীশিংদা অঙাং মনা হুৎপা লোইরগা চামিন থমমিন্নৈ। য়ুম য়ুমদা মাগী মাগী শরুকশিং পুরগসু চৎনখি।

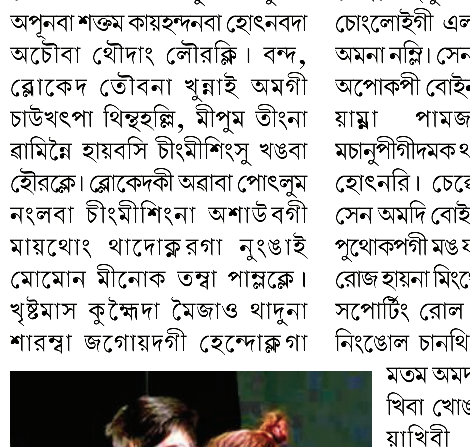
অসুম্না হায়নৈ:

না হুৎপকী শিংজুসিদি হাওমনখিদুনা লাদা ফাওবা হঞ্জিন হঞ্জিন নান্দুনা, লেক্তুনা চানৈ।

মসিদা হায়নরিবসি শিংজু মচল অসিবুনি। মতম মতম অসিদা ফংবা মনা মশিং (শিংজু ওইনা চাবা য়াবা পোৎলম) অসিবুনা হিংনা চাবা য়ারবা মরম ১০৮ গী মনুং চল্লবসু মুন্না চাবা মরম ১০৮ গী মরক্তগী চাকৱাই, হৱাই মঙ্গল ফুৎলগ চুন-চুনবা মচল অমদি অমুক্কা হেন্না হাওননবা হেন্তাক ঙারী মনম নুংশি নুংশিরবা থোংলগা, ঈংহল্লগা শুবা শিংজু, অমুক্কসু ঙারেলনা থকথক নীক্লগা শিংজুগী মচি মচিদা....। নিংথম থাগী অয়ুক্তা, নুংশাদা চাবসিদি হাই....হাই....। মসিমক্ক নি শিংজুশিংগী মনুংদা নিংথৌরেলনি হায়নবা সেকমাইগী শিংজু। সেকমাইদা শিংজু শীজিন্নবদি অসিনা লোইবসু নৎত্রি। লাইনিং, লাইশোনগীদা, লাইগী তীনগীদা, ইপানাৎ, ইপুনাৎকীদা, হিদাক লাংথক্কীদা, চঙদবা য়াদবগীদা, চান-থক্লবগীদা, মথেল অমগীদা, খোল্লাং লমন শিংবদসু শিংজু। চাক খাঙবা (লান্ন-থৌরম) দসু শিংজু। চাকচা হৈজানবদসু শিংজু। নুমীৎ খুদিংগী চাকখুমগী মথেল অমা ওইনসু শিংজু। হন্দক্কী শিংজু য়োকখৎপা লূপ (শাইওল) গী মীৎয়েং মখাদা শিংজু ফেষ্টিবেল কম্মিটিনা শিঞ্জদুনা লম্লাই এ সীগী মনুং চন্না লৈবা চনাগী নুংশিকোল পার্কতা পাঙথোক্লিবা অসিদি সেকমাই ঐখোয়গী চৎনবীগদি য়াম্না চুনৈ।

চীংমীশিংসু ফিল্মদা থৱায় য়াওরক্লি

মণিপুরগী অপূনবগী শক্তম কায়বা য়ারোই হায়বগী খোল্লাউসি তম্মীশিংতগী নৎলক্ত্রে। চীংমীশিংসু খোল্লাউসিদা শরুক য়াদুনা মণিপুরগী অপূনবা শক্তম কায়হন্দনবা হোৎনবদা অচৌবা থৌদাং লৌরক্লি। বন্দ, ব্লোকেদ তৌবনা খুন্নাই অমগী চাউখৎপা থিন্থহল্লি, মীপুম তীংনা ৱামিন্নৈ হায়বসি চীংমীশিংসু খঙবা হৌরক্লে। ব্লোকেদকী অৱাবা পোৎলুম নংলবা চীংমীশিংনা অশাউবগী মায়থোং থাদোক্লরগা নুংঙাই মোমোন মীনোক তম্বা পাম্লক্লে। খৃষ্টমাস কুম্মৈদা মৈজাও থাদুনা শারম্বা জগোয়দগী হেন্দোক্লগা



চীংমীশিংতগী ওইবা ফম্বাক লীলা পুথোক্লরক্লে। শুমাং লীলা লৈরে। মণিপুর ষ্টেট এইদস কন্ট্রোল সোসাইটিনা ফাওবা চীংমীশিংগী লীলা শান্নহনখ্রে। মতম ঈশৈ শকপা চীংমী য়াম্না লৈরে। চীংগী লোলখক্তা নত্তনা মীতৈলোলদসু ঈশৈ শক্লে। ঈশৈ-নোংমাই, লীলা-দ্রামাগী থবক তৌবসিনা হকচাং অমদি পূক্নিং ৱাখলদতা নত্তনা খুন্নাই অমা শেমগৎ শাগৎপদা অচৌবা মতেং ওইরি হায়বসি চীংমীশিংনা য়াম্না শেংনা খঙলে। অদুনা চর্চতা খোংননবা লাইশোল ঈশৈ কয়াসু ওদিও কেসেট ওইনা ফোঙনরক্লে।

হৌজিক চীংমীশিংদা খ্বাইদগী পাম্ন রিবা আর্ট মখল অমা হায়বা তারগদি ভিদিও ম্যুজিক এলবম নম্বনি। মসিদা থৱায় য়াওবা চীংমী কয়া থোরক্লে। এলবমগী দিরেক্টর কয়া লৈরে। এলবমদগী হেন্দোক্তুনা ফিল্মগী দিরেক্টর কয়াসু য়াওরে। নৌনা এলবমগী এক্টর ওইনা থোরক্লিবীশিংগী মনুংদা সেন সেন চোংলোইসু অমনি। সেন সেন চোংলোইগী এলবম অনী নমখ্রে। অমনা নল্লি। সেন সেন চোংলোইগী অপোকপী বোইনু চোংলোই আর্টপু য়াম্না পামজবা চীংমীনি। মচানুপীগীদমক থৱায় হকচাং য়াওনা হোৎনরি। চেক্কোন্দা লৈবা সেন সেন অমদি বোইনু মমা মচানা ফিল্ম পুথোকপগী মঙ ফাওবা মঙলি। ব্লেক রোজ হায়না মিংথোনবা ফিল্ম অসিদা সপোর্টিং রোল লৌখিবা তাংখুল নিংঙোল চানথিংসু নীংশিংলকই।

মতম অমদা মীয়াম্না য়াম্না পাম্ন খিবা খোঙচৎ ফিল্মদা শরুক য়াখিবী সিমাসু করম্না কাউগনি। পঞ্জরিসিদি খরখকনি। চীংমী কয়া ফিল্মগী থবক তৌরি হায়বসি নীংশিংমিন্নবদুনি পামজরিবদি। কুমজা ১৯৮৮ দা অহানবা ওইনা কলি ভহাও ভিদিও ফিল্ম পুথোক্লবা মতুং ঙসি ফাওবদা এম কে ৱাংকথিংনা ভিদিও ফিল্ম ৩০ রোমগী দিরেক্সন পীখ্রে। মসিগী মনুংদা মণিপুরী লোলদা ফিল্ম অনী *মায় লাষ্ট দে এট উখুল* অমসুং *ইম্ফাল তুরেল মপালদা* য়াওরি। তাংখুল ফিল্ম কুংয়ী কনাদাগী কিয়ুবেক ফেষ্টিবেলদা উৎনবগীদমক সেলেক্সন ফংখিবা অসিসু তাংখুলশিংগীদা নত্তনা মণিপুর পুম্বগী চাউথোকচ-নিংঙাইনি। চহী ১০ রোমগী মমাঙদা কুকি বেপটিষ্ট চর্চ, ইম্ফালদা কুকিগী ফিল্ম অমা রিলিজ তৌবা মতমদসু মীনা চোন্না তীনখি। ফিল্মদুদা মীতৈ এক্টর খরগা কুকি কুম্মৈরোয়শিংগা পুন্না এক্ট তৌমিন্নখি। হৌজিক্তি কুকি ফিল্ম চাউখৎলে, তাংখুল ফিল্মসু চাউখৎলে। কুকিগী, তাংখুলগী অনৌবা ফিল্ম খরনা অয়েংবশিংদা মীৎ থকপমখৈ নুংঙাইহনবা ঙম্বা য়াওরক্লে। পুন্নমক অসি লমদমসিগী য়াইফবনি। ঐখোয় পুন্নমক্কী চাউথোকচনিংঙাইনি খল্লগা পুন্নমক য়োকখৎমিন্নবগী মতম ওইরে।