মণিপুরী ভিদিও ম্যুজিক এলবমগীদমক্তা নুংনাংজবা অমা

থম্মোয় পাউদম ও সি মৈরা

মার্চ থা হৌরে। নীংথমগী অঙৈংবা লোইখিদুনা অশাবা নুংশিংনা হকচাংদা থেংলরে। অশিনবা এঞ্জাংগী মহাওসু হেনগৎলক্লে। লায়র ইনাকখুনবা খায়রম্বা নিংথম থাগী অঙৈংবা পুম্নমক তপ্না তপ্না লোৎখ্রে। তাঞ্জা অসি ফিল্ম নম্বগী নুংঙাইবা মতমনি। অদুবু মণিপুরী ফিল্মগী থবক তৌরিবশিংগী কোক্তা খূৎ হাপ্লি। মেত্রিক অমসুং টুয়েল্বকী ইগজামনা মরম ওইরগা লম্পাক্তা ফিল্ম কাপ্পদা অথিংবা থম্লি। ভৈগ্যচন্দ্র ওপন এয়র থিএটর (বোট) তা, মণিপুর ষ্টেট ফিল্ম দিভলপমেন্ট সোসাইটি (এম এস এফ দি এস) কী ওদিটোরিয়মদা অনৌবা ফিল্মগী প্রেমিয়র শো উৎখিদবা মতম কুইশিল্লক্লে। মরম অসিনা ফিল্মগীদমক্তা চেঞ্জ-চোংজরিবশিংগী ফুরিৎখাও হাংবা হৌরক্লে। নামৈ শেল ফাওবা লৈশিল্লক্ত্রে। অসিগুম্বা তাল্লক অমদা শেলগী ৱাহৌদা ফিল্ম নম্বগী থবক লেপ্পুনা লৈরি। মসিদনি থম্মোয়দা নুংনাংবা অমা পোল্লক্লিবসি। মরমদি লাক্কদৌরিবা এপ্রিল থাগী তাং ৯ অসি ফিল্ম ফোরম মণিপুরনা মমিগী নুমিৎ হায়দুনা অখন্নবা থৌরম অমা পাঙথোক্কদৌরিবনি। নুমিৎ অসিদনি নোংইন ফেষ্টিভেলগী মনা মথুমসু লাম্থোক্কদৌরিবসি।

নোংইন ফেষ্টিভেল হায়রিবসি মণিপুর ভিদিও ম্যুজিক এলবমগী অথোই অহেন তান্নবগী থৌরমনি। ফেষ্টিভেল অসিদা শরুক য়াগদৌরিবা এলবমশিংগীদমক্তা য়াম্না কন্না থবক তৌগদবা মতম অদু হৌজিক অসিনি। অসিগুম্বা তাঞ্জা অমদা ফিল্মগা মরী লৈনবা থবক থৌরমশিং লেপ্পুনা লৈবা হায়বসিনা এলবমগীদমক্তগা হোৎনজগদবশিংদদি অৱাবা চৈথেং অমা পীরিবনি। মীয়াম্না মশক মমিং খঙদ্রিবা নহা খরনা কা অমগী মনুংদা নৎত্রগা মফম অমদা লোন্না থুপ্না এলবম খরা খরদি শোয়দনা নম্মরম্বসু য়াই অদুবু লমদমসিগী মীয়াম্না মশক মমিং লৈরবা কেমেরা মেন, দিরেক্টর, প্রদ্যুশর অমসুং এক্টরশিংনা এলবম নম্লুরবদি লৈবাক ৱাথোক ওইরক্কনি।

তাঞ্জা অসিদা পন্নিংলিবা ৱাফমদি, লোন্না থুপ্না এলবম নম্লিবশিং অদুগা এলবম নম্বা ঙমদনা লৈরিবশিংগা অমুক্তদা অথোই অহেন খনবগী থৌরম পাঙথোক্লগদি লোন্না থুপ্না নম্লিবশিং অসিনা হেন্না খুদোংচাবা লৌখিবা তাবনি। শম্না হায়রবদা ইগজাম মনুংদা মহৈরোয়শিংনা অনফিয়র মিন্স শীজিন্নবগুম্বনি। অদুবু আর্টকী লমদদি অনফিয়র মিন্স হায়বসি কুইনা চৎনবা য়াবা অমদি নত্তে। অনফিয়র মিন্সপু ওইরবসু, চুম্নবু ওইরবসু আর্টকী তঙাইফদ্রিবদি মীয়াম্না পামহনবা হায়বসিনি। মীয়াম্না পাম্নবা আর্টকী পোত্থোক অমা পুথোক্কবা হোৎনবদা মতম অমসুং শেল চঙই। তহা তহানা তৌবা আর্টকী প্রদক্টনা কৈদৌনুংদা মীয়ামগী থম্মোয় খুদুম চনবা ঙমদে। অদুগা আর্ট হায়বসি লোন্না থমগে য়াদবা পোৎশক অমনি। সনাগুম্না উপু মনুংদা শো লোনশিল্লগা থম্বদা আর্টকী কান্নবা লৈতে। মসিগা মান্নবা মওং অমদা হায়বা তারগদি ফিল্ম শুটিং, এলবম শুটিং হায়বসিসু পুথোক্কদৌরিবা এলবম অমসুং ফিল্ম অদুগী অহানবা মীমাং থোকপা হৌরকপনি। মরম অসিননি লোকেসন খনবগী তঙাইফদ্দবা লৈরিবসি।

লোকেসন ফজবনা ফিল্মগী নৎত্রগা এলবমগী ফজবসু খরমখৈ চিংখৎপা ঙম্লিবনি। মরম অসিননি মপানগী ফিল্ম মেকরশিংনা লোকেসন খনবা হায়বসি খ্বাইদগী মরু ওইনা লৌরিবসি। ঐখোয়গী লমদমসিদদি লোকেসন খনবা হায়বসি অরুবা পোৎলুম অমনি। মদুগী মরু ওইবা মরমদি বন্দ তোইনা তৌগনবা লমদম ওইবনিনা খজিত্তং থাপ্না চৎথোক্লগা ফিল্ম নম্লিঙৈদা বন্দ তৌশিল্লক্কদ্রা হায়বগী অকিবা লৈনৈ। ফুরুপ কয়ানা পূন্না খুদামিন্নবা লমদম ওইবনিনা ফুরুপ অমগী জগাদা ফিল্ম শুটিং তৌরুবা মতমদা করি অয়েৎ অপন পীরক্কদগে হায়না খনবা অসিসু অমনি। ফনা ফজবা মফম ওইরবসু অকিবনা লাঙ্গোই চল্লবা লমদমসিগী ফিল্ম মেকর অমসুং প্রদ্যুশরশিংনা মফম অদুদা চঙলগা শুটিং তৌবা ঙমদনা লৈরি। ফজবনা থল্লবা লমদমসিগী ফজবা পূম্নমক মীয়ামদা য়েংহনবা ঙমদবা অসিমক লমদমসিদা লৈরিবা কাঙলূপ খুদিংমক্না অমত্তা ওইবগী ৱাখল্লোন লৈমিন্নদবদগীনি হায়না লৌবা তাই।চিন্দা ঐখোয় মশেল নুংশি চান্নবা হিংমিন্নগদবনি হায়রবসু থম্মোয়নুংদা অকিবা অমদি অদুমক লৈরি। পূম্নমক অসি লমদমসিগী নহা ওইরিবা আর্টিষ্ট অমসুং ফিল্ম মেকরশিংদা ফাওবা চৈনা অমনি। চৈনা মরক অসিদনি এলবম ফেষ্টিভেলদা শরুক য়ানিংবা মীওইশিংনা খূৎশা পোরোক পোরোক থেক্লগা খাঙদুনা লৈরিবা অসি। অৱাবা অসি অথুবা মতমদা কোকপা ওইসনু। আর্টকী লমদা চঙশিল্লক্লিবা নহাশিংনা মনীং তম্না থবক তৌবা ঙম্বগী মতম শোয়দনা লাকপা ওইসনু।

লৌশিং পুক্কে

পাউচেদা য়োম্বা অচাপোৎ চাবনা থোকহল্লকপা খুদোংথিবশিং

লৈকায়গী হোটেলদা য়োল্লিবা কাংহৌ, বোরা নৎত্রগা তল লৈরুবা মতমদা অরিবা পাউচে মচেৎ অমনা য়োম্লগা পীরকপা শোয়দনা থেংনরমগনি। মসিদগী হেন্দোক্তুনা ইমুংগী অঙাংশিংদা অচাপোৎ অমা পীজবদা কোল-লীক ফেঙবা তনবদগী পাউচে মচেৎ অমদা হাপ্লগা পীজনবসু য়াওরি।

অখঙ অহৈশিংনা ফোঙদোকখিবগী মতুং ইন্না য়ারিবমখৈ চান-থক্নবা অচাপোৎশিং পাউচেগা থেংনহল্লোইদবনি হায়রি। পাউচেদা পকপা কেমিকেল সোলভেন্টশিং অচাপোৎ চাবদা য়াওখ্রগা হকচাংদা খুদোংথিবা কয়ামরুম থোকহল্লকই।

পাউচে নম্বদা শীজিন্নরিবা মূক্না হকচাং মনুংদা চঙখ্রগা মখল কয়াগী কেন্সর ওইহল্লকপা য়াই। ঐখোয়না পাউচেদা য়োম্বা অচাপোৎ অমা চাবা মতমদা গ্রাফাইট কয়াসু চাশিনখ্রবনি। মসিনা হকচাং মনুংদা তূংশিন্দুনা লৈরগা লংস অমদি কিদনিদা অমাঙ অতা থোকহল্লকই। কেমিকেল সোলভেন্টশিংনা হকচাং মনুংদা চঙলগা হোর্মোনগী খল কায়হল্লকই অমসুং চাবা তূমদবগী অৱাবা মায়োক্নহল্লকই। রিছার্সরশিংনা ফোঙদোকখিবগী মতুং ইন্না পাউচে নম্বদা শীজিন্নরিবা মূকশিংদা হকচাং শোক্লিংঙাই ওইবা কেমিকেল সোলভেন্ট কয়ামরুম য়াওই হায়রি।

পাউচে নম্বদা শীজিন্নরিবা চে অমসুং কার্দবোর্দ বোক্সকী অথাবা চে পূম্নমক রিসাইকল তৌরগা শেম্লকপনি। রিসাইকল তৌবা মতমদা দাইআইসোব্যুটাইল থোলেট অমদি দাই-এন-ব্যুটাইল থোলেটনচিংবা হকচাং শোক্লিংঙাই ওইরবা কেমিকেলশিং শীজিন্নৈ। মসিনা হকচাং মনুংদা চঙখ্রগা দাইজেষ্টিভ প্রোব্লেম অমদি অতৈ খুদোংথিনিংঙাই ওইবা থৌওং কয়া ওইহল্লকই।

রিসাইকল তৌরবা চে হায়বসিমক্তবু মমাঙদা শীজিন্নখিবা মূকশিংগী লেমহৌবা মখাক য়াওরবনি। হায়রিবা মূক্কী লেমহৌখাক্তা য়াওবা বেঞ্জোফেনোন অমদি মিনরেল ওইলনা হোর্মোনদা অকায়বা পীরকপদগী রিপ্রদক্টিভ সাইকলদা অহোংবা থোকহল্লকই। মদুনা মরম ওইদুনা অঙাং ওইবা ঙমদবগী খুদোংথিবা মায়োক্নহল্লকপা য়াই।

মীপুম খুদিংমক মথৌ চিনবা হেনগৎলকপদগী ময়ূম ময়ূমদা থোং থাক্লগা চাবা ঙল্লক্তবা মরম্না পেকেটতা য়োম্লগা য়োল্লিবা অচাপোৎ ওইনা লৈরগা চানরি। য়েংবদা হকচাং শোক্লোইদবা মানবা মওংদা নীংথিনা পেক তৌরগা য়োল্লিবা অচাপোৎশিং মহীক মতাই চেন্দে হায়নসু থাজনৈ।

মথৌ চিনমনবদগী ময়ূমদা থোং থাকপা ঙমদ্রবা মীওইশিংনা রেষ্টোরেন্টতগী ফাষ্ট ফূদ কয়া লৈরগা চাবগী থৌওং অমসু ময়েক শেংনা উবা ফংলে। তৌবগীবুদি হয়িং ৱা ৱা ইনবমখৈ ইহাং হাংদোক্লগা য়োনবা অচা-অথকশিংগা য়েংনবদা নীংথিনা পেক তৌরবা অচাপোৎনা ফবা হেল্লি। অদুবু অখঙ অহৈ অমদি দোক্টরশিংনা ফোঙদোকখিবা মতুং ইন্না পেক তৌরবা অচা-অথকশিংদা হকচাং শোক্লিঙাই ওইরবা কেমিকেল কয়ামরুম য়াওই হায়রি। ঈশিংগী মতাংদসু অদুমঙায়রে। মশা নান্না বোটলদা হাল্লগা য়োল্লিবা ঈশিংদা মহীক-মতাই চেল্লমদবদি য়াই হায়ববু হকচাং শোক্লিংঙাই ওইরবা কেমিকেল কয়ামরুম য়াওই হায়রি।

কনাগুম্বনা লীক্লিগী বোট্টলদা হানবা মহীশিংদি হকচাং শোক্লিংঙাই ওইদে হায়না থাজনৈ। অদুবু য়ুনাইটেদ ষ্টেট্সকী ফূদ এন্দ দ্রগ এদমিনিষ্ট্রেসন (এফ দি এ) নদি লীক্লিগী বোট্টলদা হাল্লিবা মহীশিংদা লেদ (মিসি) গী শরুক য়াওই হায়রি। মসিনা হকচাংগী তোঙান তোঙানবা কয়াৎশিং শোকহল্লকপগা লোয়ননা ফূদ পোইজনিং তৌবদগী ওবা-ফায়বা তৌহল্লকপা য়াই। মতম শাংনা শীজিন্নরবদি লিভর অমসুং কিদনিদা অমাঙ অতা থোকহল্লকই হায়রি।

লীক্লিগী বোট্টলদা মখুম ওইনা শীজিন্নরিবা মটেলদগী থাদোরকপা থোলেট কৌবা কেমিকেল অমনা হোর্মোনগী খল কায়হল্লকই হায়রি।

ফূদ এন্দ দ্রগ এদমিনিষ্ট্রেশনননা হায়খি মদুদি এনর্জি দ্রিঙ্ক, সোফ্ট দ্রিঙ্ক অমদি বিয়র হাল্লগা য়োল্লিবা তিনগী কৌতাদা ওর্থো-ফিনাইলফেনোল কৌবা পেষ্টিসাইদ অমা য়াওই। মসিনা হকচাং মনুংদা চঙখ্রগা কেন্সর ওইহল্লকপা য়াই।

চান্নবা চীঞ্জাক অমসুং থক্লুবা মহী পেক তৌরগা য়োনবদা খ্বাইদগী মপূং ওইনা শীজিন্নরিবসি প্লাষ্টিকনি। হীরম অসিগী মতাংদা কন্না য়েৎনরকপগা লোয়ননা পিটিসন ফাওবা ফাইল তৌরকপা লৈখ্রে। অচাপোৎ য়োল্লিবা অমসুং থক্লুবা মহী হাল্লিবা প্লাষ্টিকতা বাইস্ফেনোল এ (বি পি এ) কৌবা কেমিকেল অমা য়াওই। মসিনা হকচাং মনুংদা চঙখ্রগা ব্রেন অমদি রিপ্রদক্টিভ হেল্থতা অকায়বা থোকহল্লি হায়রি।

চান্নবা চীঞ্জাকপু ওইরবসু থক্লুবা মহীবু ওইরবসু প্লাষ্টিকনা য়োম্বা ঙাক্তা কৈথেলদা য়োন্নরক্লে। পোলিয়োলিফিন হায়না খঙনবা প্লাষ্টিক্কী পোৎলমশিংদা বেঞ্জোফেনোন কৌবা কম্পাউন্দ অমা য়াওই। মসিনা হকচাংদা অসুক্কী মতিক অমাঙ অতা থোকহল্লকই হায়রি।

তঙাইফদনা অচা অথকশিং য়োম্বা তারবদি টিস্যু পেপর নৎত্রগা কিটচা পেপর টাৱেল নৎত্রগা অহাঙবা চেবাং ওইনা শীজিন্নগদবনি হায়না ফূদ এন্দ দ্রগ এদমিনিষ্ট্রেসননা ফোঙদোকখি।

কোফি থকপগী কান্নবা অমদি কান্নদবা

শুজি নোংমাই

প্রোষ্ট্রেট কেন্সর নাবগী চাং চাদা ৩০ হন্থে।

(২) কোফি চাং নাইনা থকপা মীওই অমদা লায়না তিন্না নাবগী চাং চাদা ২০ হন্থহল্লি।

(৩) কোফি থকপনা চহী ৪০ হেল্লবা মীওইদা গাউট নাবা য়াবগী চাং ৱাৎহল্লি।

কোফিগী অমাঙবগী শরুক ঃ-

(১) কোফি থকপনা তূম্বা হিপ্পগী ফল কায়হল্লি। তশেংনমক্কীদি মসি চহী ৪০ শুরবা মীওইদা য়াম্না তোইনা থোকহল্লি। কোফিসি তূমদ্রিঙৈ পুং ৪ ৱাৎলিঙৈদা থকপদা হকচাংদা অকাইবা করিমতা লৈতে।

(২) কোফিনা হকচাংদা ন্যুত্রেন্টস, মরু ওইনা মিনরেস অমদি ভিটামিনস চুপশিনবদা অয়েৎপা পী।

(৩) কোফি কা হেন্না থক্লবদি হকচাংগী ব্লদ প্রেসর ৱাংখৎহল্লি।

কোফি থকপনা ঐখোয়গী হকচাংদা কান্নবা কয়া অমা ফংই, মসিগী মথক্তসু হকচাংদা অমাঙবা কয়া মরুম থোকহনবা য়াই। কোফিসি নুংতিগী চাং নায়না থকপা মীওইসু লৈ । অদুগা নুমিদাংদা মিৎ শিংননবা কোফি থকপা মীসু অদুমক লৈ। কোফি থকপগী চাং মতুং ইন্না হকচাংদা কান্নবা অমদি অমাঙবা লাকই।

কোফিগী কান্নবা শরুক ঃ-

(১) কোফিদা এন্টি-ওক্সিদেন্টস, ভিটামিস, মিনরেল অমদি প্রোটিনস খরা য়াওই। হায়রিবশিং অসিনা হকচাংদা কান্নবগী মশক ওইহল্লি।

(২) কোফি য়াওবা কোফাইন কৌবা মচং ওইবা শরুক অসিনা পেন কিল্লরগী মথৌ পাঙশিনবদা কান্নে।

(৩) কোফি থকপনা হকচাংগী লাইওং অমদি অনাবা কয়াদগী ঙাকথোকপদা মতেং ওই । দাইবেটিস মশিংগাদা লৈবা, কেন্সর, এজমা, অকাও-পরৈ চনবা, থম্মোয়গী ওইবা লায়না, ফিরাক্কী লায়না (লিভর দিজিজ) অসিনচিংবা কয়া থোকহনবা ঙম্বগী চাং হন্থহল্লি।

(৪) ব্লেক কোফিনা হকচাংদা তুংশিন্দুনা লৈবা থাও (ফেট) গী শরুক ককথবা ঙম্মী।

(৫) কোফি ন্যুত্রেন্টস খরা য়াওবনা হকচাংদা চাদগী কোফিনা হেন্না কান্নে।

(৬) ব্লেক কোফি থকপনা কিদনিদা লৈবা নূংগী মরাক পীকথহনবা ঙম্মী।

(৭) কোফিনা হকচাংগী চাক তুম্বা ঙম্বগী চাং হেন্না য়াংহল্লি।

(৮) কোফিসি চাং নাইনা থক্লবদি খনাওগী কেন্সর নাবা য়াবগী চাং য়াম্না হন্থহল্লি।

(৯) কোফি থকপনা কোন্সটিপেসনদগী ঙাকথোকপা ঙম্মী।

(১০) কোফি চাং নাইনা, মতম কুইরবদগী অদুম থক্লকপা মীওইশিংদদি পুন্সি শাংনা হিংবা ঙমহল্লি।

(১১) কোফিনা উনশাগী কেন্সর নাবা য়াবা মতম পূম্নমক্তা মাঙহল্লি।

কোফিনা নুপী ওইবীশিংদা পীবা কান্নবশিং ঃ-

(১) কোফি থকপনা নুপী ওইবীশিংদা নাগনবা ব্রেষ্ট কেন্সরগী চাং চাদা ২০ হন্থহল্লি।

(২) চহী ৪৯-৮৩ মুক শুরবা অহলশিংনা নোংমদা কোফি কপ অমদগী হেন্না থক্লবদি ষ্ট্রোক তৌবা য়াবগী চাং চাদা ২০ দগী ২৫ ফাওবা হন্থহল্লি।

কোফিনা নুপা ওইবশিংদা পীবা কান্নবশিং ঃ

(১) ব্লেক কোফি নোংমদা কপ অমদগী অহুম ফাওবা থকপা নুপাদা

(৪) কোফিনা হকচাংদগী ভিটামিন বি, সি অমদি কেলসিয়ম, আইরন মাঙহনবসু ঙম্মী। মরম অসিনা করিগুম্বা মসিগী ন্যুত্রেন্টসশিংসি য়াওবা দাইট চারবদি কোফি পুং ১-২ গী মমাঙদা/মতুংদা থকপদা হকচাংদা অমাঙবা করিমতা লৈতে। মসি নৎত্রবদি ইশাগী দাইটতা কেলসিয়ম অমদি আইরন য়াওহনবগী কান্নবা ফংলোই।

(৫) কোফিগী মচুনা ঐখোয়গী য়া চুহনবসু ঙম্মী। মসি ওইদুনসু কোফিনা য়া হোবদগী ঙাকথোকই।

(৬) মসিনা থম্মোয়গী ওইবা লায়না নারবা মীওইশিংদা হেন্না অৱাবা পী।

(৭) কোফি কা হেন্না থকপনা হকচাং চোকথহনবা অমদি হকচাং ৱাহল্লি।

(৮) মসিনা কোক চিকপা, হুমাং কাবা, ৱাখল চনিং তাদবসু থোকহনবা য়াই।

(৯) কোফি অসি কা হেন্না থক্লবদি ঐখোয়দা চাক হেন্না লাম্বা পোকহল্লি। অসুম্না চাক লাম্বা মতম অদুদা করিগুম্বা হকচাংদা কান্নগদবা চীঞ্জাক চাদ্রবদি অমদি মপানগী থাওগী শরুক য়াম্না য়াওবা অচা অথক চারবদি হকচাং নোয়বগী মরম ওইরক্কনি।

(১০) গ্যাষ্ট্রিক অলসর নারবা মীওই অমনা কোফি থক্লোইদবনি। কোফিগী মহুত্তা চা, শঙ্গোম, ঈশিং অঙৈংবা থকপা য়াই।

(১১) মিরোল্লীবা অমদি অঙাং নৌনা উনরিবা মমাশিংনা কোফি থকপগী চাং য়াম্না হন্থগদবনি। করিগুম্বা মিরোল্লিঙৈদা কোফি য়াম্না থক্লবদি অঙাংদা কোন্না অমাংবা লাকই।

(১২) হকচাংদা কোলেষ্টেরেলগী চাং য়াম্না ৱাৎলবা মীওইশিংদি কোফি অসি নোংমদা কপ মরিদগী হেন্না থক্লোইদবনি।

(১৩) কোফি য়াম্না থকপনা নুপীগী মশাগী শরুদগী কেলসিয়মগী চাং হন্থবগী মরম ওই। মসিনা চহী য়াল্লবা মতমদা শরু শোন্থবা অমদি খুক-উ চিকপনচিংবা লাইওং কয়া মায়োক্লে।

(১৪) কোফি কা হেন্না থকপনা উনশা থুনা অহল ওইশিলহল্লি।

(১৫) কোফি কা হেন্না থকপনা নুপী ওইবীশিংদা অঙাং ওইবা ঙমদবগা মরী লৈনৈ।

মথক্কী ৱাফমশিং অসিনা কোফি অসি চাং অমদা থক্লবদি কান্নবা ফংবতা নত্তনা কোফিনা পুরকপা য়াবা অমাংবা কয়াদগীসু ঙাকথোকপা ঙমগনি। কোফি থকপগী চাংদি নোংমদা কপ মরিদগী তাদনা অমদি হেন্দনা থকপীগনি।

মণিপুর কো-আর্টিষ্ট এসোসিএসন্না য়াওশঙ ময়া য়ৌরকপা অসিদা *য়াওশঙ য়াওররোই* উৎখ্রে

হায়না লৌবা তাই। মরমদি লীলাগী মীংথোলদগী হৌরগা মণিপুর কো-আর্টিষ্ট এসোসিএশন্না পুথোরকপা লীলা হায়বমক্তবু খুন্নাইসিগী ঙসি ঙসিমক্তা থোক্লিবা থৌদোক ৱাথোকশিংদা ঙম্না ওইগল্লি। অদুবু সবজেক্টনা ফজবা হেনখিব্রা হায়না হংদবদি য়ারোই। লীলা হায়বসি টিম ৱর্কনি। অমখক্তং ফজরগা লীলা অমা লোয়নমক ফজরগনি হায়বা লৈতে। আর্টিষ্টকী থোং মান্নবা চঙই। অইবনা পীনিংলিবা পাউজেল অদু আর্টিষ্টশিংনা ময়াক হাপ্পগী মথৌ তাই। ফনা য়াম্না ফজবা দাইলোগ অমা অইবনা থারকপা তারবসু আর্টিষ্টশিংনা বোম, নোংমৈ নৎত্রগা তেঞ্জৈ ওলহনবা ঙমদ্রবদি করিসু কান্নদে। অদুবু হায়রিবশিং অসি খঙনা মণিপুর কো-আর্টিষ্ট এসোসিএশন্না লীলা শান্ননবা হোৎনখিদবদি নত্তে।

ক্রক-ক্রক লাকশিল্লক্লিবা শুমাং লীলাগী অথোই অহেন তান্নবগী থৌরম অসিদা মণিপুর কো-আর্টিষ্ট এসোসিএশনসু মশাগী মীংচৎ ময়েং তাদনবা ঙমজবী থাদুনা হোৎনরকই। লীলা অসি মরু ওইনা লাইরিক লাইশু তন্লিবা নহাশিংনা য়েংবদা কান্নগনি। অহল-লমনশিংনা ৱারক ৱাতেম্বা ঙমদ্রবা নহাশিং লীলা অসি য়েংলগা করিগুম্বা খরদি শোইদনা লৌশিনগনি হায়না খল্লি।

মী অমা মাঙবা হায়বসি কুইহৌবা থবক নত্তে। খোঙফম অমা শোইবদা হেক্তমক মাঙবা য়াই। মীয়াম্না ময়ূম মকৈ ফাওবা মৈনা থাদোকপীখ্রবা মালেমনা নীংহন্নবা লৈতনা হোৎনরক্তুনা মীংচৎকী উরোং খিনবা ঙমখিবা অসিনা মহৈরোয় পূম্নমক্না হোৎনরগদি খুন্নাই অসি নোংমা নোংমগী চাউখৎলকখিগনি হায়বসিনিনা লীলা অসিগী পাউজেলনি। ফত্তবা মীদি মরালগী মতুং ইন্না চৈরাক ফংখি। অদুবু লীলাগী মনুংদা আইনগী মীৎয়েং অশানবদা মরালগী মতুং ইন্না ফংগদবা চৈরাকশিংগী মতাংদা কুপ্না নৈনৈ। চৈরাক পীবা মতমদা আইনগী মীৎয়েংদগী লাপথোকখ্রগা মশক খঙদবনা পীবা চৈরাক ময়েক শেংহন্দনা থমখিবসিনি।

নোমিতা খোংবান্তাবম

মীনা মশক খঙবা মতিক চাবা মী হায়বদু ওইনবগীদমক লুখ্রাবী লৈহাওনা মাগী অমত্তা পোকচবা মচানুপা মালেমবু ৱানা মহৈ মশীল তমহল্লি। মালেমসু মমাগী অপাম্বা মতুং ইন্না হোৎনবা য়াবমখৈ হোৎনৈ। এম পি এস সিগী ইগজাম থাখিবগী রিজল্ট ঙাইরিঙৈ কুম অমগী শোইফদ্রবা য়াওশঙ কুম্মৈসু য়ৌরকখি।

কুম্মৈ হরাওদা কয়া পূক্নিং খোইজংদবা মালেমনি। থাবল চোঙবা হৈতে। নোংমতা য়াওশঙগীনি হায়দুনা মমান্নবশিংগা তোৎন-তিন্নদুনা চৎমিন্নদুনা য়াওশঙগী নুংঙাইবা করিনো খঙখিবা মীশক নত্তে। অদুবু নোংমদি মালেমবু মমান্নবা রোকিনা নমদুনা লৈকায়গী থাবল চোঙফম অমদা পুখি। রোকিগী শরৌ লাংদগী থাবল চোঙফমদা থোকহন্নিংদবা থৌদোক অমা থোক্লকখি। মসিসু মালেমগী ফুরিৎ ৱাইরগা রোকিনা লীৎখিবা ফুরিৎতুনা মরম ওইরগা থোকখিবা মীয়ামগী অচৌবা মোব জষ্টিশনি। খঙহৌদবা মোব জষ্টিশ অদুনা লৈহাওগী মপুরোইবনা থন্বীরম্বা যূমনি হায়না চেকশিন্না ঙাক শেঞ্জরিবা খাঙপোকশঙগুম্লবা যূম অদু তাঙ্গোই তানা চাকখি।

শরৌ লাংগী চৈনা ফংলবা মালেম নীংহন্নবা লৈখিদে। হেন্না কন্না হোৎনরক্তুনা মতিক চাবা মী হায়বদু ওইবা ঙল্লকখি। মীওইবনা হোৎপু হোৎনরবদি ঙমদবা লৈতে। মৈবু ফীনা কুপ্তুনা থম্বা য়াব্রা। অচুম্বনা মায় পাকপা হায়বসিদি পুন্সিগী হৌনশানি হায়বসি ময়েক শেংনা উৎলিবা লীলা অমনি মণিপুর কো-আর্টিষ্ট এসোসিএশনগী *য়াওশঙ য়াওররোই* হায়রিবা লীলাসি।

লীলা অসি মণিপুর ষ্টেট কালা একাদেমীনা শীন্দুনা পাঙথোক্লিবা ৪৪ শুবা ওল মণিপুর শুমাং লীলা ফেষ্টিবেলগী নুপা কাঙলুপকী মাপননি চনবা নুমীৎতা উৎপনি।

লীলা অসিদা শক্তম লাংলিবা আর্টিষ্টশিংদি সরাংথেম শ্যাম বাবু, চন্দ্র মীতৈ, প্রবিন ৱাই, সঞ্জয় বোন, পারি ময়াং ইম্ফাল, জা এরোপ্লেন, পি ইবুংনি। নুপী কাঙলুপকী শক্তম লাংলিবা আর্টিষ্টশিংদি টি চীংলেম্না, সর্জু শগোলশেম, থোইস্না, বেমা লংথবালনি।

ঈশৈ নোংমাইগী কাঙলুপ্তা নুপা খোঞ্জেল প্রেমজিৎ, নুপী খোঞ্জেল ইবোমচা, বাঁসি মনিস্না, গ্যুটর অনাওবী, টবলা অমদি ধুলকি সোভ, পেটদ্রম ইনাওবী, কি বোর্দ ইমো অমসুং সরতনি। ম্যুজিক দিরেক্টরনা অরুন থৌনানি। লীলা অসিগী অইবনা প্রেমজিৎ ময়েংবমনি। অদুগা লীলা অসিবু ৪৪ শুবা মণিপুর ষ্টেট শুমাং লীলা কাউন্সিলগীদমক্তা অখন্ননা পুথোক্লবা হোৎনবদা লমজিং লমতাক পীরিবনা সরাংথেম শ্যামবাবুনি।

মণিপুর কো-আর্টিষ্ট এসোসিএশন্না পুথোরক্লিবা লীলা অসি মতমসিগা য়াম্না চান্নবা লীলা অমনি। তিন্নরুবা মীনবু ফৎত্রবদি নোরোক্কী কোমদা তাই হায়বদু উৎননবা হোৎনৈ। তিন্নবা মমান্নবনা নুংশিবা শাদুনা শরৌ লাং থাক্তুনা পুথোকপা ঙম্মী। অদুনা চেকশিনবা হায়বসি তিন্নবা মরুপ্তগী হৌগদবনি হায়না তাক্লি। লীলা অসিদা শ্যামবাবু অমসুং চীংলেম্নানা মতিং থোক্না লীলা শান্নৈ। নহা ওইরিবা আর্টিষ্টশিং মমাঙগী নিংথম কুম্মৈদা শান্নখিবা লীলাদগী হেন্না ফগৎনা লীলা শান্নরকপা উই। পীকুগী শক্তম লাংখিবা জা-এরোপ্লেন অঙাং ওইজরবসু লীলাগী ফম্বাক্তা ফাগী পুবা আর্টিষ্টনি হায়বদা ময়েক শেংবা হেনগৎলক্লে।

ঙসি মীয়ামদা উৎখ্রিবা লীলা অসিসু মণিপুর কো-আর্টিষ্ট এসোসিএশনগী য়েলহৌঙৈদগী হৌনা চৎনদুনা লাকপা লীলাগী খুপুথোক অদুনি

তরানি চনবা নুমীৎ মার্চ ০৩, দি নোর্থ ইম্ফাল মণিপুর যত্রা মন্দলগী *লোক্তাক* উৎকনি।