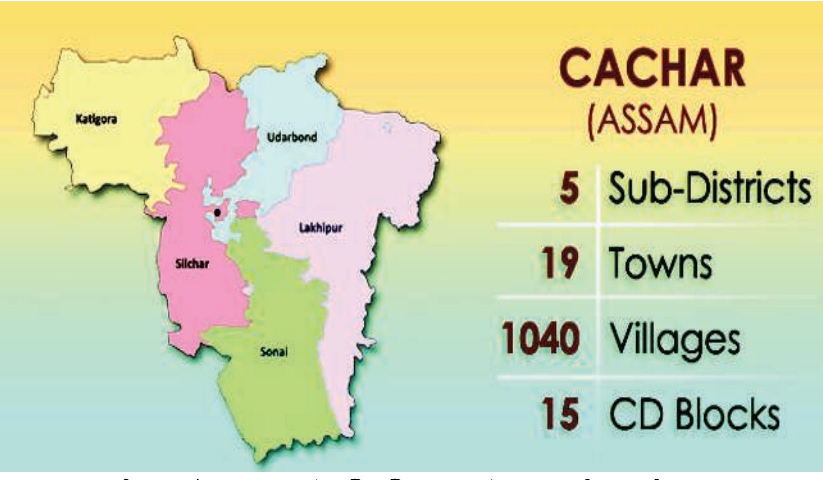
কছারদা লৈরিবা মীতৈ তাবা খুঙ্গংগী মশিং থিদুনা শান্নবা

থম্মোয় পাউদম ও সি মৈরা

মীতৈ হায়বসি মণিপুর খত্তদা লৈবা ফুরুপ অমা নত্তে। মালেমগী মফম কয়াদা মীতৈগী য়ুম কয়া লৈরি। লৈরিবা য়ুমশিং অদুগী মনুংদা মীতৈলোন ঙাঙনরি। মীতৈগী লাইনিং-লাইশোন শক শোল্লি। মীতৈশিংগী হৈনজবী এঞ্জাংনা মথেল লুকোই ওইদুনা চারি। মসিদবু করম্না হায়গনি, মীতৈ হায়বসিদি মণিপুরগী মনুং খত্তদা লৈবা ফুরুপ অমনি হায়না। মণিপুর নত্তবদা মীতৈনা মীশিং খ্বাইদগী য়াম্না লৈবা মফমদি য়ুমথংনরিবা আসাম ষ্টেটতনি। ষ্টেট অসিগী মনুংদসু কছার দিষ্ট্রিক্তনা মীতৈগী মীশিং খ্বাইদগী য়াম্বা ওইরি। মপান মণিপুরদা মীতৈ খ্বাইদগী য়াম্না লৈরিবা মফম অমা ওইরিবা কছার দিষ্ট্রিক্টতা মীতৈগী খুল কয়ামুক য়াম্না লৈবগে হায়বসি নীংশিংবদা নুংঙাইগনি খঞ্জে। মরমসিননি কছারগী মীতৈ তাবা খুঙ্গংশিংগী মিংগী পরিং অমা মখাদা থমজরিবসি।

আসাম ইন্দিয়াগী অৱাং নোংপোক ঙমখৈদা ফুরুপ কয়ামরুম্না খুন্দাদুনা লৈবা লমদম অমনি। লমদমসিগী মফম অয়াম্বদা মীতৈশিংনা খুন্দাদুনা লৈবা থেংনৈ। অদুবু বরাক তম্পাক্কী মনুং চন্না লৈবা কছার দিষ্ট্রিক্টতনা হেন্না মীতৈশিংনা খুন্দাই। হৌজিক আসামদা দিষ্ট্রিক্ট ২৩, এম পি ১৪, এম এল এ ১২৬ লৈ। মসিগী মনুংদা কছার কনষ্টিট্যুএন্সিশিংদা তাবা মীতৈ খুঙ্গংশিং মখাদা থমজরি।



লক্ষীপুর কনষ্টিট্যুএন্সিদা তাবা মীতৈ খুঙ্গংশিং :

লক্ষীপুর, ফুরেলতল, তোলেনখুন, চপ্রৌ, নিংথেমখুন, বড়বিল, কোঞ্জেং লৈকায়, জিগলী, বাখাল, লক্ষীনগর, বেনাকানদি, রুপাইবারি, (হাজারিগ্রাম), আছারা লৌবুক, পুথিখাল, নাইদোল কাপতানপুর, লাইকোন, চেংজুর, নতুন রামনগর, শিঙ্গেরবনন্দ, দলুগাওঁ, কোরোইকান্দী, খাগমারা, বাঁশকান্দি, রানীপুর, পালাবন্দ, শ্রীবার, শীবটিলা, চন্দ্রপুর, তৌরাং লৈকায়, লাবোক উরাবিল, ললাং, কামরাঙ্গা, জয়পুর, মগলপুর (কামরাঙ্গ), লেন লৈকায়, নুঙফৌ, কঙ্গালী, ইচা (কোনশম লৈকায় অমসুং খোন্দ্রাম লৈকায়), ডিকশা, পোরোম পাৎ অসিনচিংবা খুঙ্গংশিং অসি জিরিঘাট থানা অনীনা ঙাক শেন্দুনা লৈ। অসিগী মরুওইবা তুরেলদি নুঙফৌ অমসুং বরাকনি। নুঙফৌ তুরেল বড়াইল চীংদগী হৌরকই, বরাক তুরেলনা মণিপুরদগী হৌরকই অদুগা করিমগঞ্জ অমদি কুশিয়ারা হায়না ঈখায় অনী থোক্না খায়দোক্তুনা চেল্লি।

সোনাই কনষ্টিট্যুএন্সিদা তাবা মীতৈ খুঙ্গংশিং :

সোনাই লক্ষী নগর, মাঝিরগ্রাম, থেংনা, ইচা (মাইবী লৈকায়), বিনশেলু, সাইখোম লৈকায়, গড়গড়ী, মঙ্গলপুর (সোনাই), থাংজম লৈকায়, ঝড়াখুল, চান্দপুর, ধমাই, চন্দ্রপুর (সোনাই) বেরাবাক, লমারগ্রাম, সালিপুর, হিন্দুবী, বারমনি, কৃষনপুর, দবামপুর, চিংদোঙ লৈকায়, বড়াখাল, বোৱালী, দড়ম, বনতারাপুর, মাসপাড়া, ভাতৃ, চাতলা, মধুটিলা, জালেঙ্গা (বড় জালেঙ্গা অমসুং সুট জালেঙ্গা), হরিনা, শ্রাবনতিলা অসিনচিংবনি। খুঙ্গংশিং অসি সোনাই থানানা ঙাক শেন্দুনা লৈ। থানাশিংগী মরুওইবা তুরেলদি সোনাই তুরেলনি।

ধলাই কনষ্টিট্যুএন্সিদা তাবা মীতৈ খুঙ্গংশিং :

রামপ্রসাদ পুর, বাম রামপুর, বাম মালুগ্রাম, বাম ফারী, বাম দেকী, রাখালতিলা, জামালপুর, রাম মনিকপুর, পানি সাগর, টৈলিসিবা, বাম মনুংখুন, রাম রিজাব, বিদ্যা রত্নপুর, গঙ্গানগর (বনতারাপুর), ভুবননগর (সুনাপুর, অরামান লৈকায়, হিঙ্গোয় অসিনি। খুঙ্গংশিং অসি ধলাই থানা ঙাক শেন্দুনা লৈ। থানা অসিগী মরুওইবা তুরেলদি রুকনীনি।

শিলচর কনষ্টিট্যুএন্সিদা তাবা মীতৈ খুঙ্গংশিং:

ইটখলা, মালুগ্রাম, তরাপুর, রামনগর টুকো, বেরাখাল, খেলমা, লামা, রাঙ্গির খাল, বৱালজুর, দুতপার্টিল, পথারিগ্রাম খুঙ্গংশিং অসিগী মরুওইনা থানদি সদর ঘাট থানি। মরুওইবা তুরেলদি বরাকনি।

উধারবন্দ কনষ্টিট্যুএন্সিদা তাবা মীতৈ খুঙ্গংশিং:

রংপুর, সেরামখুন, মোইনারবোন্দ, গোসাইপুর, বহাদুরগ্রাম (চীং লৈকায়), উধারবন্দ, বন্দর, রোবন্দর, পানগ্রাম, জঙ্গল লৈকয়, লৌথোই, কাপিটিলা, কালিনগর কামরাঙ্গ, মগলপুর, জয়পুর অসিনচিংবনি। খুঙ্গংশিং অসি উধারবন্দ থানাগী মনুংদা লৈ। মসিগী মরুওইবা তুরেলদি মধুরানি।

বড়খলা কনষ্টিট্যুএন্সিদা তাবা মীতৈ খুঙ্গংশিং:

দলু, রংপুর, কালিনগর, ছেশ্রী, কামারবন্দ, কল্যানিগ্রাম, পুরানধরপুর, পঞ্জিখুন, কাশীপুর, চীত্রাঙ্গন, দুমকর, চীংজা লৈকায়, তোংজম লৈকায়, জারোলতলা, চান্দপুর রামপুর, মধুরা, খোইরেল অসিনচিংবনি। খুঙ্গংশিং অসি বড়খলা থানানা ঙাক শেন্দুনা লৈ। মসিদা চেল্লিবা মরুওইবা তুরেলদি জাতিঙ্গানি।

কাটিগড়া কনষ্টিট্যুএন্সিদা তাবা মীতৈ খুঙ্গংশিং :

কাটিগড়া, জলালপুর (গুমড়া) লোঙ্গোয় অসিনি। খুঙ্গংশিং অসিবু কাটিগড়া থানানা ঙাক শেন্দুনা লৈ। থানাসিগী মনুংদা চেল্লিবা মরুওইবা তুরেলদি বালেশ্বরনি।

মথক্তা পঞ্জরিবা কনষ্টিট্যুএন্সিশিং অসিগী মনুংদা খরা হেন্না কুপ্না থিজিল্লবদি লৈকায়গুম্বা খুঙ্গং মচা খরা শোয়দনা চিংথরমগনি। কছারদা লৈবা কনষ্টিট্যুএন্সিশিং অসিগী মনুংদা খ্বাইদগী খুঙ্গং মশিং য়াম্বা অমসুং মীশিং য়াম্বা কনষ্টিট্যুএন্সিদি লক্ষীপুরনি। অদুগা মীতৈগী খুঙ্গং মশিং খ্বাইদগী য়ামদবা কনষ্টিট্যুএন্সিনা কাটিগড়ানি।

খুনুং ঈশৈগী মশক অমসুং ঙসিগী খুন্নাইদা তারিবা মমি

আই থম্বাললৈমা (পদ্মাবতি)

খুনুং ঈশৈ হায়দুনা লৈরিবা মওংসি য়াম্না অরিবা মতমদা মীওইবা কাঙলুপনা সংস্কৃতি হায়বদি কলচরগী মমি তাবা হৌরকপগা লোয়ননা থোরকপা ঈশৈগী শৈশক অসিবু খুনুং ঈশৈ, ফোক সোং হায়না অয়াম্বনা খঙনরি। কাঙলুপ-কাঙলুপকী ওইনা হায়বদি ফুরুপ খুদিংমক্কী ওইনা ফোক সোং অসি মাগী মাগী ফুরুপ অদুগী চৎনবী হায়বদি কলচর অদুগা য়াম্না নক্ননা চৎমিন্নবা ঙাক্তনি। মণিপুর ফোক সোং হায়বদি মীতৈগী খুনুং ঈশৈ অসিসু ঐখোয় মীতৈ হায়না খঙনরিবা ফুরুপ অসিনা য়ুম্লিং খুল্লিংবনা অমদি খুন্দা লৈতাদুনা লৈবা হৌরকপদগী ইরোয়ননা লাকপগুম তৌই। ঐখোয়গী খুনুং ঈশৈশিং অসি কনানা করম্বা মতমদা শক্লম্মী, শোল্লম্মী হায়বগী অরেপ্পা লৈতে অদুবু চিন অমদগী চিন অমদা নাকোং অমদগী নাকোং অমদা শক্লরকপা অমদি তান্নরকপা ওইবনা ফোক সোংগী অশেংবা শক্তম অমদি ওইরে হায়না লৌবদা থোইনা অকায়বা লৈত্রে, খুদম ওইনা লৌখৎতুনা য়েংবদা,

"হৈরাং খোইনিদা
চানবা হৈনিদা
....
চিন্দম্বা হৈনিদা।।"

ঈশৈ অসিগী ময়েক অসি কনানা ইরম্বনো, করম্বা মতমদগী শকপা হৌরকই হায়বদা ৱানা থোকই। অদুবু ঐখোয়গী নাকোংদদি মথং মথং ওইনা অদুমক তারকই। মতম মতমগী মতুংইন্না ৱাহৈদা ৱাতাদা অমদি শৈহেক্কী (সুরগী) মওংদা অওনবা খজিক খজিক লাক্লবসু ঈশৈ অসিগী হান্নগী ওইবা শক্তম অদুদি কায়দনা লৈরি। ফুরুপ অতৈগী ফোক সোংশিংনা তৌবগুম মীতৈগী খুনুং ঈশৈ হায়বদি মীতৈ ফোক সোং অসিসু কাঙলুপ অসিগী ইপা-ইপুশিংনা চৎনরম্বা চৎন-পথাপশিং অদুগা য়াম্না নক্না চৎমিন্নৈ। মীওইবনা পোকপদগী শিবা ফাওবগী মনুংদা থোকপা থৌদোক কয়া লাইনিং লাইশোনগা য়াম্না নকশিন্নৈ। হিন্দুশিংগী ৱাখল্লেন মতুং ইন্না মীওইবগী পুন্সিবু তাঙ্কক অহুম থোক্না খায়দোকপগুম ঐখোয়গীসু পুন্সিগী তাঙ্কক কয়া থোক্না খায়দোক্লম্মী হায়বা য়াই। পালেমগী শিয়োমনুংদা লৈরিঙৈদগী তাইবঙ ফাওরক্তুনা মী হায়না খঙহনরকপদগী তাইবঙপান অসিদা তেক্ত-কায়দনা পানবা ঙম্নবা মতাং-মতাংগী ওইনা ইরাৎ থৌরম কয়া লাংই। শেন্বীরকপা শিদবা মপুগী মফমদা মাগী মীংখৈ শক-শোন দুনা থৌনিবনা মরুওইবা শিন্থানি। অদুনদি ধর্ম্ম হায়বদি লাইনিং লাইশোন, চৎনবীগা অসুক্কী মতিক নকশিন্নৈ হায়বা তাক্লি। মতমগী মতুংইন্না খরামখৈ হোংদোক-হোংজিন তৌখ্রবসু পোকপদগী তরুকনি শুবা নুমীৎতা য়ুপান থাবগী থৌরমদা শিদবা মপুবু নীংশিংনা অঙাং অদুবু য়াংকোক থক্তা হাপ্লগা তাইবঙ মপোক ওইবী পালেম মমাগী মফমদা পীথ্রাই খোংদ্রাইবীগী শক্তম লৌরিবী অমাইবীনে :

"নচা লৌগেরা য়াঙ্কোক লৌগেরা"?

হায়দুনা/হংদুনা শক্লিবা শৈশক অসিমক য়াম্না অৱাংবা থাক্কী ৱাখল্লোনগা লোয়ননা শকপা মীতৈগী খুনুং ঈশৈনি (লোক গীতনি) হায়না লৌবা য়াই। মসিনা পোকপগী থৌরমনি। মীতৈশিংগী ইতোপ তোপ্পা ময়ামগা মান্নদবা থৌরম অমনা ঐখোয়না হৌজিক লাই হরাউবা হায়দুনা উরিবা থৌরম অসিনি। থৌরম অসিগী মনুংদা অহল লমন হায়বদি অখঙ-অহৈ অমসুং অমাইবা-অমাইবীশিংনা মী ওইনা পোকপগী চৎন-লোনচৎ পরিংবু চিংঙু লাইগী লাইমাংদা, চিংঙু লাই অদুমক্কী পাউতাকনি হায়দুনা ইনখৎলক্লিবা নিঙোল পিবাশিংগী মফমদা তাকপীরি, তন্বীরি। অরুবা ৱাফম কয়াবু নুং অমসুং পান অনী থোক্না পাউতাক ঈশৈ ওইনা শক্তুনা খঙহল্লি। মসিমক অতৈগা মান্নদবা মীতৈ (মণিপুরী) খুনুং ঈশৈগী মঙম (গুন) অমনি। ঐখোয়না লাই হরাউবগী পরিং অসিদা অহানবা ওইনা খুনুং ঈশৈগী শৈশক্তা ঈশৈ অমত্তং লৌখৎতুনা য়েংবা তারবদি

"মমাঙ লৈকায় থম্বাল শাৎলে,
খোইমুনা ইল্লে খোইরাবা
শাবী লাও লাও চৎলসি লাও
কল্লকপা য়াম্মী, কনজাওবা য়াম্মী
মাঙদা থারো লাও।"

ঈশৈ অসিগী নুংগী ওইবা অমদি পানগী ওইবা ঈচেল অনী থোক্না চেনবা লোয়ননা মীওইবগী পুন্সিদা ইনখৎলকপা মতমগী শাওং শাদা কল্লক-মীহৌ মতাংবু ফজনা তাক্লি। অসুম্না ইথক ইরাংদা তাওরবা নহা ওইবা-ওইবীশিংনা করম্না তাইবঙ য়ুম্বানগদগে হায়বা : (অনৌবা)

"কেক ক্রেক ক্রেক মোক মোক
য়াংগেন শম্বা স্যাও স্যাও
তোকপগা, কাম্বগা
কৈগা য়েনগা হৌ-হা
য়েনখোং ফৎতে চাশিল্লু
লাইগী য়েননি চাফদে"
(অরিবা):
"কেক ক্রেক, ক্রেক মোক মোক
য়াংকেন শম্বা, স্যাও স্যাও
তোকপগা, কাম্বগা
কৈগা য়েনগা হৌ হা
য়েনখোং ফৎতে চাশিল্লু
লাইগী য়েননি চাফদে।"

অসুম্না ময়েক শেংনা তাকপীরি। অদুনা অমুক শিংখুম লম্বী হায়বদি মীওই মপোক লোইদুনা শিদবা মপুদা তিল্লমদাই :

"চেক্লা পাইখরবনা,
পোম্বী হনজিল্লকপদা
চেক্লাগী কাইদোংফম খঙদবনা
পোম্বী কঙাওনরেদো।"

মতাং অসিদা পাইখ্রিবনা চেক্লানি, হনজিল্লকইবনা পোম্বীনি। কাইদোংফম খঙদ্রিবশিংসু চেক্লানি, কঙাওনরিবনা পোম্বীনি। অদু ওইরবদি চেক্লা অমসুং পোম্বী অসি কনা কনা ওইফম থোকপগে? মীৎনা উরিবা লু-তোং অনীনা পুল্লগা ওইরিবা তইবঙ হকচাং অসিদি মাঙগদবা পোৎশকনি। পোৎশক অসিদা মাঙফদবা ওইরিবা য়াইবী মাগী তুংনফম ওইরম্বতনি। য়াইবী মানা তুংনফম পোন অসিবু থাদোক্তুনা পাইখ্রবদি পোনখ্রাং ওইরে, মালেম লৈতাইনরনি। চেক্লানা মাঙবা তাবা লৈত্রবা য়াইবী মাগী মশকনি, লেঙদনা পোন্নুংদা অদুম্মক লৈরোই, নোংমা নৎত্রগা নোংমদি শোয়দনমক পাইথোকখিগনি, চেক্লানা পাইখ্রবদা পোনগী মশক ওইরবা হকচাং পোনখ্রং অসিনা লৈহৌগদবা মওংদো শৈশক অসিনা তাক্লি। অসিদসু নত্তনা খুনুং ঈশৈগী শৈশক কয়াসু লৈরি। শিল্লম শিস্থা পাংবদা শক্ল বা ঈশৈ, ফৌসু ঈশৈ, নাওশুম ঈশৈ, খুল্লং ঈশৈ, থাবল লিরোল (ঔগ্রী) অসিনচিংবা।

অসিগুম্বা মমাঙঙৈগী ওইবা ইনাৎকী শৈশকশিং অসিনা হৌজিক্কী খুন্নাই অসিদা তারিবা মমিগী মতাংদা নৈনবা তারবদি তাঙ্কক অনী থোকনা নৈনবনা চুমগনি। চৎন-লোনচৎ হায়বদি ইনাৎ লোয়ননা কলাতগী ওইবা শরুক্তা তাবা মমি। মতমগী মতাংদসু ময়াই ওইরপ্পা মতম অমসুং হৌজিক হৌজিক্কী ওইরিবা মতম, ঐখোয়গী খুন্নাই অসি হৌরকঙৈদগী হৌজিক ফাওবা পরিং অমত্তদা লৈতবা, মরক থৎনা তাঙ্কক খরদা লাইনিংগী অকনবা ঈহৌ, লোয়ননা অওনবা পুরকখিবা অদুগুম্বা অওনবশিং অদো ঙসিগী খুন্নাই অসিনা মমিদা ওইনা থা-শাদুনা থিবগুম তৌই। বৈস্নবিজমগী অকনবা ঈচেল অসিনা চেনশিল্লকপগা লোয়ননা হান্না খুন্নাই অসিগী লৈজরম্বা শৈশক-শৈদা হায়বদি কলাগী শরুক্তসু অচৌবা অহোংবা অমা পীরকখি। হৌজিকমকসু হায়নবা লৈ, ঙসি মালেম শিনবা থুংনা ফাওরিবা মণিপুরগী জগোয় রাস অসিগী হৌফমদি মীতৈগী লাই হরাউবা জগোয় অসিনি হায়রি। খুৎথেক্তা, শাথেক্তা লাই হরাউবগী জগোয় অসি থৌনিবনা মপুং ওই। হায়বদি নোল্লুকপা অমসুং ভক্তিনি। মণিপুরগী জগোয় রাসপু মপুং ওইবা রসতি-ভক্তি রসনা মপুংনি। ঈশৈগী শরুক্তসু মণিপুরী নট, সংস্কৃতন হায়দুনা লৈরিবা ঈশৈগী শৈশক শৈওং অসি অসোমগী হায়বদি কৃতন্নিয়া অমদি ভজনগা য়েংনরুবদা মসিনা ইতোপ তোপ্পী। মসিনা তোপ্পগী মওংদি ঈদা তোংদা পোকপদগী লোইনরক্লবা ইনাৎকী ওইবা হৈনবী অদো নট, সংস্কৃতনদা অদুমক য়াওই। মতম খরগী মমাঙদগী শরুরক্লবা খোংজোম পর্ব্ব হায়বা শৈশক অসিদসু খুনুংগী ওইবা খরা, নট, সংস্কৃতনগী ওইবা শৈশক খরা, অনী অসিনা ইয়ান য়ানশিন্নবগুম তৌই। হৌজিক হৌজিকমক কন্না শক্লরিবা মতমগী ঈশৈ শৈশক অসিদসু হিন্দুস্থানী সঙ্গিত/শাস্ত্র সঙ্গিতকী মায়কৈদগী চঙলকপা শরুক মীতৈ (মণিপুরী) ফোক সোংদগী চঙলকপা শরুক্লা য়েংনবদা থোইদোক্লখেন্নদে। মতম খরগী মমাঙদা ধর্ম্মগী অকনবা চৈথেংনা খুন্নাই অসিগী হান্না লৈজরম্বা ঈশৈ নোংমাই চৎন-লোনচৎ কয়াবু মমি শাম্মুরবসু, হৌজিক হৌজিক্কী মওংদি থৌঙম্বা নহারোল কয়া চোংথোরক্তুনা অমদি চোংথোক্লকপদগী থিজিনবা, খোমজিনবা অমসুং নৈনবরোমদা অকনবা মীৎয়েং থমদুনা খোঙথাং কন্না চঙশিল্লি। খোঙথাংসিনবু লেপত্রবদি নোংমা নৎত্রগা নোংমদি ইনাৎকী ওইবা পোৎশকশিং অসে তশেং তশেংবা, তরু-তরুবা পোৎলম ওইনা পুথোক্তুনা মালেমদা চাউথোকচবা ঙমগনি।

লৌশিং পুক্কে

অৱাং ওল্লগা তুম্বা ফৎতবগী মরম

ঈচম চম্বা মাল্লবসু তুম্বগী মায়ওনগা মরী লৈননা ঙাক্কদবা কাঙলোন লৈজৈ। অহল-লমনশিংনা মমাঙ ওল্লগা তুম্মু হায়না মখা থাবশিংদা হেক হেক ঙাঙবা শোয়দনা থেংনরম্লগনি। হীরম অসিগী মতাংদা অখঙ অহৈশিংনা থিজিনবদা তুম্বগী মায়ওন অসি য়াম্না মরুওই হায়বা খঙলকখি।

হকচাংগী মথক থংবা শরুক্তা লৈরিবা হার্টনা গ্রেভিটিগী মায়োক্তা মথকলোমদা ঈ কাপখৎপবুদি মখারোমদা কাপথবনা হেন্না লায়না থোকই। মথক থংবা ঈ উতোংশিং অসুক্কী মতিক কুপ্পী মদুদি ব্রেনগা শম্নরিবা ঈ উতোং পুম্নমক শম্নামুক্তং চাউই। কুপখ্রবা ঈ উতোংনা অহেনবা ঈ পুবা ঙমদে। ঈ দ্রোপ অমত্তং ওইরবসু হেন্না পুরুবা মতমদা শিংলি পোকখা-য়রক্তুনা হিমোরেজ তৌই।

কোক্না অৱাংলোমদা ওল্লগা তুম্বা মতমদা করি থোরকপগে হায়বদু খঙমিন্নসি। ঐখোয় খুদিংমক্না মালেমদা মেগনেটিক ফিল্ড লৈবগী ৱাফম খঙলে। কোক্না অৱাংলোমদা ওল্লগা পুং ৫/৬ তুম্বা মতমদা মতিক ময়াই কল্লবা মেগনেটিক ফোর্সনা ব্রেনদা প্রেসর পীরকই। চুম্না লেপ্পলম্বা হকচাংনা হীপথবা মতমদা থম্মোয়গী মিহুল (পলস রেট) তপথরকই। করিগুম্বা তপথরক্তবা থোক্লবদি কোকলোমদা ঈ কা হেন্না চঙলকপদগী অমাঙ অতা থোরকপা য়াই। কোক্তা ঈ য়ৌদবা য়াদে অদুবু কা হেনবা মওংদা ঈ য়ৌহনবসু য়াদে। মসিনা ঈ উতোং কায়হল্ল-কপদগী পেরালাইটিক ষ্ট্রোক তৌহল্লকপা য়াই।

মথৌ তাবা চাংদগী হেন্না য়াম্না ব্রেনদা ঈ য়ৌরকপা মতমদা খোয়রাং খোয়শাউনবা পোকহল্লকই। মরক-মরক্তা নোংমা ফাদোক অৱাং ওল্লগা তুম্বদা হেক্তমক শিরগনি হায়বা নত্তে। অদুবু নুমীৎ খুদিংগী অৱাংলোমদা ওল্লগা তুম্লবদি ইশানা ইশাগী মংফম থিবা ওইনা থোক্কনি। কয়া য়াম্না অমাঙ-অতা থোরক্কদগে হায়বদুদি মী মীগী সিষ্টেমগী মপাঙ্গল কনবা কন্দবগী মখা পোনগনি।

হকচাংগী ওইনা খ্বাইদগী ফবদি মমাঙলোমদা ওল্লগা তুম্বনি। অৱাং নোংপোক নৎত্রগা মখারোমদা ওল্লগা তুম্বসু থোইনা অকায়বা লৈতে। অদুবু অৱাং ওনবগী মহুত্তা মনিং ওল্লগা তুম্বনা হেন্না ফৈ হায়রি। ৱাফম অসি নোর্দর্ন হেমিসফেয়রদা লৈরিবা মীওইশিংগীদমক্তনি। বোর্দর্ন হেমিসফেয়রদা লৈরিবা মীশিংনা অৱাংলোমদসু ওন্দ্রবদি ওন্নিংবা মায়কৈদা ওল্লগা তুম্বা অকায়বা লৈতে হায়রি। সাউদর্ন হেমিসফেয়রদা লৈরিবা মীওইশিংগী ওইনদি খা মায়কৈরোমদা ওল্লগা তুমলোইদবনি।

অতোপ্পা অমনা তুম্বা হৌগৎপদা লোংনা খক হৌগৎলোইদবনি হায়নবা ৱাফম লৈ। য়েৎলোমদা হান্না য়াওল্লগা চেপ্পা হৌগৎপনা খ্বাইদগী চুম্বা পোজিসননি হায়নৈ। মসিগী মরুওইবা মরমদি মেটাবোলিক এক্তিভিটি তপথরকপা মতমদা লোংনা নৎত্রগা ওয়রোমদা চেপ্লগা হৌগৎপা খুদোংথিনিংঙাই ওইবদগীনি। তুম্বা হায়বসিমক্তবুসু মেটাবোলিক এক্তিভিটি তপথর-ক্লবনি। মেটাবোলিজমগী চাং নেপ্লিঙৈদা লোংনা হৌগৎপা নৎত্রগা ওয়রোমদা য়াওল্লগা হৌগৎলবদি হার্টকী মথৌদা অকায়বা থোকহল্লি।

অতোপ্পা ৱাফম অমনা অয়ুক য়াহৌরকপা খুদিংগী খুৎ অনী নোইরগা খুবাক্না মীৎতা থমগদবনি হায়না মমাঙঙৈদগী হায়নদুনা লাক্লি। থৌওং অসি তাইবঙ মপু উনবগী পাম্বৈনি হায়নবসু লৈ। তশেংবদি ৱাফম অসি লাইগা মরী লৈনবা নৎতে। নর্ভশিংগী লোইশিল্লকপা শরুক অয়াম্বা খুৎ অনীমক্তা লৈ। খুৎ অনী নোইবা মতমদা নর্ভশিং এক্তিভেট তৌহন্দুনা হকচাংগী সিষ্টেম পুম্নমক মথৌ তৌরকই। তুম্বা হেক হৌগৎপগা হকচাং লেঙদ্রিঙৈদা ব্রেন অমদি অতৈ কয়াৎশিং হান্না এক্তিভ ওইহনবা মথৌ তাই। মরম অদুনা খুৎ অনী নোইরগা মীৎ অনীদা খুৎ নাম্মা থমগদবনি।

তুম্বা হেক হৌগৎপগা অশাউবা শকফম উৎলোইদবনি অমসুং মোমোন নোক্কদবনি হায়নবা ৱাফম অমসু লৈ। মসিগী মরুওইবা মরমদি অশোয়-অঙাম অমত্তা য়াওদনা য়াহৌরকপা ঙম্বগী নুংঙাইবা ফোঙদোকউ হায়বনি। মীওই কয়া অমা তুমখিবদগী অমুক হন্না হৌগৎলকখিদ্রবা য়াওরিবনি। খুদোংথিবা অমত্তা মায়োক্নদনা তাইবঙদা অমুক মীৎকপ থোরকপা হায়বসি তরাই-তরাইবা থৌওং নৎতে।

HL-P/7843/11,12,13,14,15,16,17 Mar.

চীঞ্জাকশিংদা এন্টিবাইওটিকশিং য়াওহন্দবা

নশাগী হকশিং খঙবীয়ু

ফজদবা পোৎয়োনশিংদগী নশাবু ঙাকথোকচনবা

মীৎশিং নাশিংবা কঞ্জ্যুমর অমা ওইবীয়ু, নশাগী হকশিং খঙবীয়ু

- প্রদক্ট নৎত্রবা সার্ভিস অমগী অকুপ্পশিং খঙনবা নহাক্কী হক অমা লৈ
- পোৎ নৎত্রগা সার্ভিস অমা নীংতম্না খন্নবগী নহাক্কী হক অমা লৈ
- এম আর পি, মতম লোইবগী তারিখ, অরুম্বা অমসুং চাং খঙনবগী নহাক্কী হক অমা লৈ
- খুদোংথীনিংঙাই অমসুং শোক্লিংঙাই ওইবা প্রদক্টশিংদগী ঙাকথোকচনবগী নহাক্কী হক অমা লৈ
- কঞ্জ্যুমর ফোরমদা ৱাকৎতুনা তাহনবগী নহাক্কী হক অমা লৈ
- আই এস আই মার্ক, অগমার্ক, হোলমার্ককুম্বা ক্বালিটিগী মার্কশিং য়েংশিন্নবগী নহাক্কী হক অমা লৈ।

কদাইদা ৱাকৎকনি?

- নেসনেল কঞ্জ্যুমর হেল্পলাইন নম্বর ১৮০০-১১-৪০০০
- ষ্টেট কঞ্জ্যুমর হেল্পলাইন (রিজনেল লোলশিংদা)
- সি জি আর সি, দিপার্টমেন্ট ওফ কঞ্জ্যুমর এফিয়ার্স, জম নগর হাউস, নিউ দিল্লি- ১১০০১১
  কন্টেক্ট নম্বর ০১১-২৩৩৮৬২১০
- দিষ্ট্রিক্ট কঞ্জ্যুমর ফোরম (লুপা লাখ কুন ফাওবগী ৱাকৎকীদমক)
- ষ্টেট কম্মিসন (লুপা লাখ ২০ দগী লুপা ক্রোর অমা ফাওবগী ৱাকৎকীদমক)
- নেসননেল কঞ্জ্যুমর দিস্প্যুট রিদ্রিসল কম্মিসন (লুপা ক্রোর ১ দগী হেনবা ৱাকৎকীদমক)
  কন্টেক্ট নম্বর ০১১-২৪৬০৮৮০১

davp 08101/13/0062/1516

সত্যমেব জযতে
মীয়ামগীদমক্তা ইস্যু তৌজরিবা
দিপার্টমেন্ট ওফ কঞ্জ্যুমর এফিয়ার্স
মিনিষ্ট্রি ওফ কঞ্জ্যুমর এফিয়ার্স, ফুদ এন্দ পব্লিক দিষ্ট্রিব্যুসন
গভর্ণমেন্ট ওফ ইন্দিয়া
কৃশি ভবন, নিউ দিল্লি-১১০ ০০১
ৱেবাইট : www.consumeraffairs.nic.in

কঞ্জ্যুমরগী ইস্যুশিংগী মতাংদা মতেং/ক্লারিফিকেসনগীদমক্তা, কোল তৌবীয়ু:
নেসনেল কঞ্জ্যুমর হেল্পলাইন নম্বর
1800-11-4000

নহাক্কী ৱাকৎশিং অদু www.nationalconsumerhelpline.in দসু লোগইন তৌবা য়াই
শেরান্নবা লৌনিংঙাই ওইবা এদভর্টিজমেন্টশিংগী মরমদা ৱাকৎনবগীদমক্তা লোগইন তৌফম : www.gama.gov.in