হীদাক কান্নরবা পান্বীশিং ঃ উহন নাকোইবী

— ডা. হুইদ্রোম বীরকুমার সিংহ —
সী এস আই আর ঃ নোর্থ ইষ্ট ইনষ্টিটুট ওফ সাইন্স এন্দ টেক্নোলোজি, লম্ফেলপাৎ

লৌবুক-লক্ষ্মাং, শঞ্জাবুং, তুরেল মপান, শান্নবুং অমসুং লম্বীগী নাকলদা পংহৌদা হৌবা মরম্না মীয়াম্না থোইদোক্না থৌশানদ্রবসু উহন-নাকোইবী পান্বী অসিগী হীদাক্কী ওইবা মগুণশিং অসি থোইদোক-হেন্দোক্না শীংথানিংঙাই ওই। উহন-নাকোইবী পান্বী অসি ইংলিসতা কন্ত্রিমেলো (Country mallow) নৎত্রগা ফ্লেনেল ৱীড (Flannel Weed) নৎত্রগা হার্ট-লীফ সাইদা (Heart-leaf-Sida) নৎত্রগা ইলিমা (Ilima) নৎত্রগা মালভা-ব্রাঙ্কা (Malva-branca), সংস্কৃটতা বালা (Bala), সাইন্টিফিক নৎত্রগা বোটানিকেলগী ওইবা মমিংদা *সাইদা কোর্দিফোলিয়া (Sida cordifolia Linn.)* হায়না কৌই অমসুং *মালভেসী (Malvaceae)* হায়বদি জুবা-কুশুম পান্বীগী শাগৈগী মনুং চল্লি।

উহন-নাকোইবী পান্বী অসি চহী কয়ামরুম পুন্সিবা ফুট ৩ লোমতমক ৱাংবা মশা য়াম্না লোঙবা পান্বীনি। করিগুম্বা কান্দা পান্বী অসি ফুট ৬ ফাওবা ৱাংই ।

পান্বী অসিগী স্পেসিসকী মমিং Cordifolia হায়বসি পান্বী অসিগী মনা অদু Heart নৎত্রগা Cordate মওং মানবদগী থোনখিবনি। পাউদম খরগী মতুং ইন্না উহন-নাকোইবী পান্বী অসি অৱাং নোংপোক থংবা ব্রাজিলগী লমদমদগী হৌরকখিবনি হায়বগী পাউদম লৈজরবসু অয়াম্বা অখঙ অহৈশিংনদি পান্বী অসি ইন্দিয়াদগী হৌরকখিবনি হায়না পাউদমলি। পান্বী অসি পাক শন্না শন্দোকখিদুনা ঙসিদি মালেমগী অয়াম্বা মফমশিংদা মরাং কায়না হৌবগী পাউদমশিং লৈ। আফ্রিকা, ওষ্ট্রেলিয়া, খা থংবা অমেরিকা অমদি হাৱায়গী ঈথৎশিংদদি পান্বী অসি Weed হায়বদি হাজোংবা পান্বীনি হায়না লৌনরি। ন্যু গুইনিয়া, ফ্রেন্স অমসুং পোলিনেসিয়াগী লমদমশিংদসু পান্বী অসি থুনা শনে দাক্তুনা হৌবগী পাউদমশিং লৈ।

পাউদমশিংগী মতুং ইন্না উহন-নাকোইবী পান্বীদা য়াওবা মরুওইবা এলকালোইদশিংদি - β - phenethylamine, Ephedrine, Pseudo-ephedrine, Hypaphorine, Vasicinone, Vasicinol, Choline, Betaine অসিনচিংবনি। পান্বী অসিগী মরুদা য়াওবা থাউ অসিদা য়াওবা মরুওইবা মচলশিংদি Sterculic acid, Malvalic acid, Coronaric acid অমসুং অতোপ্পা Fatty acid শিংনি। পান্বী অসিদা Tannin অসি য়াওদে হায়না পাউদমলি।

উহন-নাকোইবী পান্বী অসি য়াম্না লীরবা অয়ুর্বেদিক্কী অনা-লায়েংদা শীজিন্নদুনা লাকপগী পাউদমশিং লৈ। ব্রাজিলগী অনা-লায়েংদা উহন-নাকোইবী পান্বী অসি হরা কংখু তৌবা, লোক থুংদুনা নাতোন ফুনবা, নুপীগী ফিঙৌ চৎপা লায়নাশিংগী লায়েং-হীদাক ওইনা কুইরবা মতমদগী শীজিন্নরকপগী পাউদমশিং লৈ। অফ্রিকাদদি পান্বী অসি শ্বর হোনবা নুংঙাইতবদা হীদাক ওইনা শীজিন্নে। উহন-নাকোইবী পান্বী অসি মথৌ ফজনা তৌবা ঙমদ্রবা লিভর অসি নৌহৌননা হিংগৎহনবা ঙম্বগী পাউদমসু লৈ। বিজ্ঞান্না থিজিনবদগী ফংলকপা পাউদমগী মতুংইন্না উহন-নাকোইবী পান্বী অসি অশোক-অপন তৌবগী চৈনাখোল হন্থহনবা অমসুং মীওইবগী ঈদা য়াওবা চিনিগী চাং (Blood glucose level) অসি য়াম্না শিংথানিংঙাই ওইনা হন্থহনবা ঙম্মী। উহন-নাকোইবী পান্বীগী মনাদা Ephedrine অমসুং Pseudoephedrine গী চাং খরা য়াওবা মরম্না মীওইবগী অরূম্বা হন্থহনবা হীদাক শাবদা মরুওইবা মচল অমা ওইনা শীজিন্নে। য়াম্না কুইরবা মতমদগী Ephedra হায়রিবা Ephedrine গী চাং য়াম্না য়াওবা পান্বী অসি মীওইবগী হকচাংগী অরূম্বা হন্থহন্নবা চিঞ্জাক নৎত্রগা হীদাকশিং শাবদা মরু ওইবা মচল অমা ওইনা শীজিন্নদুনা লাক্লবসু য়ু এস এ অমসুং য়ু কেনচিংবা লৈবাকশিংদদি অথিংবা থল্লি। অদুবু অনৌবা সাইন্টিফিক্কী ওইবা পাউদম খরগী মতুং ইন্নদি উহন-নাকোইবী অসি মীওইবগী অরূম্বা হন্থহনবদা থোইদোক্না মতেং পাংদে হায়বসিনি।

পাউদম অমগী মতুং ইন্না উহন-নাকোইবী পান্বী অসি অনাবগী চৈনাখোল হন্থহনবতা নত্তনা নুংশাগী মৈশাসু ঙাকথোকপদা মতেং পাঙই হায়বসিনি। Antioxidant কী চাং অসি য়াম্না ৱাংনা উহন-নাকোইবী পান্বীদা য়াওই। মীওইবগী ৱাখল হন্থবা হায়বদি antidepression দা শীজিন্নরিবা হীদাক Deprenyl (Selegiline hydrochloride) অসিগুম্না উহন-নাকোইবী পান্বীদসু চপ মান্নবা মগুণ অসি য়াওই হায়না অখঙ অহৈশিংনা পুথোকখ্রে। তশেংনা হায়রবদা উহন-নাকোইবী পান্বী অসি মীওইবগী নীংশিংবগী মপাঙ্গল কনখৎহনবা হায়বদি memory improve তৌহনবা ঙম্মী। য়ু য়াম্না তোয়না থকপদগী লীভরদা থোকহল্লকপা অমাং-অতাশিং অসি উহন-নাকোইবী মনা অদু ঈশিংদা শুগাইরগা লৌবা মহী অদু পীথকপদা কান্নগনি হায়না অখঙ-অহৈশিংনা ফোঙদোক্লি। উহন-নাকোইবী পান্বীগী মরা অদু শুগাইরগা খোইহি খরা নৈখায়রগা শেম্বা মচল অদু চাং নাইনা পীজদুনা নুপা-নুপীগী ফম্বী ফগৎহনবা (Aphrodiasic) অসি কুইরবা মতমদগী শীজিন্নদুনা লাক্লি। হায়রিবা অশেম্বা অসি পীজবদসু অঙাং মশা শাগৎপা অসি য়াম্না হন্থহনবা ঙমগনি।

ৱাইসেল মরীলগী ঈশিং ঈচাউ

মঙাংচা কৈসাম ইবোমচা

ৱাইসেল মরীলগী কেটসমেন্ট এরিয়া অসি শগোলবন্দ, কৈশামথোং, পাৎশোই, নাওরিয়া পাখংলাকপা, কোন্থৌজম অমসুং নম্বোল কেন্দ্রশিংনা কোনবা লমশিংনি। চহী খুদিংগী নোংজুথা খুদিংদা ৱাইসেল মরীলদগী পাথোরকপা ঈশিংনা ইম্ফাল ৱেষ্ট দিষ্ট্রিক্টকী সোরোক, লৈরক কয়াদা খূৎশেমগী ঈচাউ হেক হেক থোকহল্লি। খ্বাইদগী অৱাবা চৈথেং পীরিবসি শগোলবন্দ অমসুং কৈশামথোং কেন্দ্র অনীসিনি। খূৎশেমগী ঈচাউ হেক হেক থোক্লিবগী মরমশিং -

১) লৈকায়গী মীওইনা মশাগী য়ূম শাবা মতমদা ঈরম-নালাগী লম চাউনা খাক্লমদবা লোয়না লোয়ননা লৈকায়গী লম্বীরোমদা খরা খরা ইন্থোক্লকপা হায়বদি হান্নগী ঈরম নালা পীকশিলহনবা

(২) পাকা নালা চনবা মতমদা য়ূমলোমদগী অসুম অসুম ইন্থোক্লকপা

(৩) নালা শেম শাবা মতমদা ঈচেলগী মতুংইন্না লেভেল অনেম অৱাং য়েংদবা, লম্বীদগী নালাগী ফীভম্না ৱাংখৎনা চনবা

(৪) ক্বালিটি কন্ট্রোল তৌদবা (নুং, লৈঙোই চামদবা)

(৫) গাড়ী অচৌবগী চাকানা নালাগী ফিবান তকখায়বা

(৬) নালাদা সোলিদ ৱেষ্টেজ থাদবা, শেংদোকপগী হৈনবী লৈতবা, ঐগী ঐগী মপা-মপাদা শেংদোকপগী মহুৎতা নালাদা পল থিংজিনবা

(৭) পব্লিক এৱেয়র্নেস ৱাৎপনচিংবা।

অনেম অৱাংগী মতুংইন্না লৈকায় অমদগী লৈকায় অমদা নালাগী ঈশিং, কেন্দ্র অমগী ঈশিং কেন্দ্র অমগীদা থাদবা/থাজিনবদা য়ানদবা, শাওনবা, খৎনবগী ৱাথোক কয়া লৈতবা নত্তে। শগোলবন্দ সলাম লৈকায়, ৱাহেংবম লৈকায়গী ঈশিংনা কাংঙবম লৈকায়, থোকচোম লৈকায়, মৈনো লৈরক, থিংঙোম লৈরক, লৈমজম লৈকায়দা থাদরকপা ঈশিংময়াম অসি কোঞ্জেং হজারি লৈকায়, হোদাম লৈরক মপা, তখেল্লম্বম লৈকায়, থৌদা ভাবোক লৈকায় য়ৌরকপদা ৱাইসেল খোং মরীলনা ঈশিং পুবা ঙমদদুনা টিদিম সোরোক ফাওবা ঈশিং থুমলে।

মসিগী মরমদি মথক্তা পনজখিবা লৈকায়শিংদগী লাক্লিবা ঈশিংগী ভোল্যুম অসি হৌজিক শারিবা পাকা নালাগী ক্লোজ সেক্সন এরিয়ানা পীকখিবনা (মতিক চাদবনা) ঈশিং পুবা (রনৱে) ঙমদবদগী ঈশিং পাথোক্লকপনি। ঈশিংগী ভোল্যুমদি নোংমা নোংমগী হেনগৎলকই। নোং তাবগী চাং হেনগৎলকই। ৱাইসেল মরীলগী সেক্সন এরিয়াদি চাউখৎপা লৈতে। নোংমা নোংমগী সিলতেসন্না সোলিদ ৱেষ্টেজনা থেনগৎপা অমদি ঈচেলদা অপনবা (ব্লোক) পীবদি হেনগৎলকই। হৌজিক্তি ৱাইসেল মরীলগী সেক্সন এরিয়া চাউখৎহনবগী উপাই লৈররোই। মরম অদুনা ৱাইসেল মরীলদা চেল্লিবা ঈশিংগী ভোল্যুম হন্থহননবগী উপাইদি মনাক নক্না চেল্লিবা নম্বুলদা দাইভর্সন পীবা নত্তনা অতৈ সিষ্টেম লৈরোই হায়জনীংই।

দাইভর্সনশিং অদু শাবা মতমদা ৱাটর টাইথ ওইবা সী আই (আইরন) গী স্লুইজ ভালব য়াওবা পাকা আর সী সীগী কলভর্ট ওইহনবীয়ু। শাহঞ্জনীংবা মফমশিং অদু মথং মনাও হায়জগে।

(১) কাংঙবম লৈকায়গী লৈরক মপাদা শাদুনা নম্বুল তুরেলদা থাদবা। মসিনা ৱাহেংবম লৈকায়, কাংঙবম লৈকায়, কৈশাম্পাৎ থোকচোম লৈকায় অমসুং সলাম লৈকায়গী ঈশিং চিথনবনি।

(২) মুতুম লৈরক মপাদা শাবা - মসিনা থোকচোম লৈকায় মখা থংবা কাংঙবম লৈকায়, মৈনো লৈরক, কৈশাম লৈকায় অৱাং থংবা সরক্কীনি।

(৩) হোদাম লৈরক মপাদা অমা, কলভর্ট অসি পাকা দ্রেন অমনা টিদিম রোদতগী নম্বুল তুরেলদা থাগদবনি।

(৪) ঙানপ্পী থোংদগী পাকা দ্রেন অমনা ৱাইসেনগী ঈশিং অসি খাগেম্পল্লি লম্বী মপান্দা পুরক্লগা নম্বুল তুরেলদা থাদবা

(৫) কোঞ্জেং লৈকায় ক্লব কৈথেলদগী (ৱাইসেলগী ঈশিং) অদু পাকা দ্রেন অমনা পুরক্লগা নিংথেমচা কারোংদা কলভর্টশাদুনা নম্বুল তুরেলদা থাদবা।

মথক্কী পঞ্জখিবা মফম মঙাসি ময়ায় লম্বীদা আর সী সীগী কলভর্ট শাদুনা নম্বুল তুরেলদা ৱাইশেল মরীলগী ঈশিং থাদরবদি ৱাইসেল মরীলগী ঈশিংগী ভোল্যুম হন্থহনবা অমদি খূৎশেমগী ঈশিং ঈচাউদগী কনবা ঙমগনি খনজে। মরম অসিনা হৌজিক হৌজিক লৈঙাক চলাইরিবা চীফ মিনিষ্টর নোংথোম্বম বিরেন অমদি মরী লৈনবশিংগী পূক্নিং চিংশিঞ্জরি।

মরোল থোকপা লাই

জাতক্কী শৈরোল

মৈতৈলোন্দা ইথোকপা : বি জয়ন্তকুমার শর্ম্মা

মিত্রংগী লনথুম

ব্রহ্মদত্ত নিংথৌনা পাল্লিঙৈগী মতমদা,
ব্রাহ্মণ মচা মরিখক লৈরম্মীদো কাশীদা।
মচীল মনাউ মরি'দি য়ূম্বাল-পুন্সি থা-দুনা,
হিমায়লদা লৈখিদো লম্বোইববু ওইদুনা।
ময়াম্বা-অহল শিখিবা সাকা লাইবু ওল্লকখি;
মনাউ অহুম তেঙবাংগে তাইবঙ পান্দা কুল্লকখি!
মনাউ অহল অদুদা চৎলদুনা হংবদা,
"ফীরাক-তাবী লায়নানা নারি'দুনা মৈ পাম্মী,"
হায়রকপদা সাকানা মৈথোক-শীংজঙ পীরম্মী।
শীংজঙ অদু মিত্রংগী খূৎনা শোক্ল' হায়বদা,
থিরুগনি শীংজাসু হৌনি মৈসু মতোমতা।
মথং তাবা মনাউদা টোন অমা পীরগা,
হায়খি, "য়েংউ ইবুঙো, নাকল শোমদা য়ৈরগা,
য়ৈখায়-থিঙ্গায় পীরিবা শামুদুতা নত্তনা,
য়েক্ল' পূম্বা চেনখিনি; 'শোমদা য়ৈরুরগনা
মীপুম খুদিং নহাক্কী মরূপ ওইনা লাক্কনি"'।
মনাউ ইতোন তোনব'ইশু ফীরাক-তাবী লায়নানি;
'শঙ্গোম অফম্বা পীয়ু'-বু হায়রক্লবা মতমদা,
শঙ্গোম-খুজাই পীরগা নারিবদি মনাউদা,
অসুম্নবু হায়রখি, -"করিগুম্বা নহাক্লা,
খুজাই অসি হৈদোক্ল' চেন্নি তুরেল ঈশিংনা;
মফম পূম্বা ঈশিং-থুম ঙম্নি লৈবাক জয় তৌবা"
অসি-হায়র' চৎখরে সাকা লাইদি পুকফবা।
মতম অসিৱাইদবু খুন্তাক্লর' খুঙ্গঙদা,
লমওক অমা লৈরম্মী উমং-মচি অমদা।
মঙাল নাইর' মণি'মা লমওক্তুগী লৈরম্মী;
মদু মিত্রং'মণিনি শক্তি য়াম্না লৈরম্মী।
মণি অদু মচিন্দা উমশিল্লগা লমওক্তো,
পাইনীং মফম' পাইখিনি ঙমদববু লৈতোদা।
'সুম্না নোংমা পাইদুনা ঈথৎ অমা য়ৌখরে;
ইথত্তুদা মতোমত্তা কনা খঙদ' লৈখরে।
নোংমা মানা তূম্লম্মী থৈবোঙ-উখা অমদা;
ময়াদগী মণিদো ওথোক্লগা লৈমায়দা।
নুপা অমা কাশীগী-য়ূমদ'ই তান্থোরক্লগা,
হিবু কায়বা য়াওদুনা ঈথৎতুদা লৈরগা,
চীঞ্জাক থিবা লাকপদা উখি মতৌ লাঙেঙান্দু;
তূমিন চঙশিল্লক্লগা লৌরে লোন্না মণিদু।
পাইখৎলগা 'তিয়াদা হৈবোংদুদা ফল্লখি;
পাইবা ঙম্বা মণিগী মগুণ মানা খঙলকখি।
লমওক অদু হাৎকে-নীং উশা অমা থেক্লগা,
মকোক্তবু থাবদা লমওক হৌগৎলক্লগা,
মণি অদু য়েংবদা লৈরমদবা উরকখি;
কোয়না - চেন্না থিববু অরেম্বদা তারমখি।
নুপাদুনা উথক্ত'ই হৌন-খেনা নোকপদা,
চোংশিন-চোংশিন থেংলম্মী মকোক অদু উখোংদা
অসুম তৌনা থেংবদা লমওক মতোম' শিজখি।
লমওক অশিবদুবু নুপাদুনা চাথোকখি।
মতৌ লাঙেঙান অসুম্না মণিদুগী মতেংনা,
নুপা অদু পাইরকখি হিমালয়বু লান্দুনা।
লম্বোই' শিংনা লৈরি'দু মথক্তগী উবদা,
কূমথরক্লে নুপাদু থুংখ্রে লম্বোই' ময়ূমদা।
মৈথোক-শীংজঙ মগুণবু উরুবদা পামদুনা,
লম্বোইবদু হাত্তোক্লম চৎখ্রে, শীংজঙ পুদুনা।
অসুম তৌনা লম্বোই'নী মথং মথং হাত্তুনা,
লাকখি নুপা-চালাকী বরানসী সহরদা।
বরানসী য়ৌরগা শীংনরকখি নিংথৌদা;
শাউরদুনা নিংথৌনা লান্মী ময়াম থারকপা,
মিত্রং-খূৎলাই ময়াম্না ঙমখি পীবা মায়থীবা।
নিংথৌবুসু হাত্তোক্ল' দধিবাহন কৌদুনা,
ওইখি নিংথৌ কাশীগী য়েক্না খুদুম চন্দুনা।
নোংমা দধিবাহন্না ডুম কাঙবু লোয়ননা,
তুরেন্দা ঈনবু থাদুনা লেনখি মতম নুঙাইনা।
কান্নমুগু-পাত্তগী তাউথরকপা হৈনৌনা,
ডুম অম'ই ঈল্লাংদা চঙখি উহৈ অদুনা।
লাইতনা চাগদৌবা হৈনৌ অদু নিংথৌদা,
ঙা-ফাবনা কৎচখি মগুণ অদু উবদা।
মতোং চার নিংথৌনা মরূ অদু থাজিল্লে;
মরূদগী হৌরকপা উনা উপাল ফারক্লে।
লাইমক্নি খন্দুনা উ অদুবু ঙাকশেনখি;
পুজা-লংজা তৌদুনা শেংনা লুনা থমজখি।
মহৈ অদু পাল্লগা মুল্লক্লবা মতমদা,
খুদোল ওইনা থারম্মী য়ূল্লোন্নবা নিংথৌদা।
থাবা হৌদননবা মরূ মতোন চোংফমদা,
তিংখং 'মমম য়ুংশিনখি খুদোল তম্বা মতমদা।
নিংথৌ অমা পুক-ফত্ত' থাখি মালি-অমবু
দধি বাহন' হৈকোন্দা মাঙহন্নবা-হৈদুবু।
মালি অদু'ই থৌশিন্দ'ই অদুক হাউবা হৈনৌদো,
মতম খরা লৈরগা খাবনবু লোইরেদো।
নিংথৌ থৰায় ৱাখরে খনবদবু মমখরে
বোধিসত্ত্ব লৌশিংবদা চত্তুনবু হংখরে।
লৌশিংবনা হায়রকই, "নিংথৌরেল, ও! য়াইফবা!
নঙগী হৈকোল অসিদা চঙলে মীরাল ফৎত্রবা।
হৈনৌসীগী মনাক্তা নীম পান্বী থাজিল্লে;
নীম মহী অখাবা হৈনৌদবু চঙখরে।
মতৌ অসিমক্তনা হৈনৌ অদু খাবনি;
ফত্ত-শঙ্গ তৌবদ'ই অফবসু মাঙবনি।"
চত্তুনবু য়েংবদা ফীভমদুমক ওইরল্লে;
হৈনৌদুগী 'কোয়বদা নীম ঙাক্তা হৌরল্লে।
নিংথৌ মীনাইশিংদুদা বোধিসত্ত্ব কৌবনা,
নীম-পান্বী ফুক্তোকহন মরু-মরা লোয়ননা,
হার ফত্ত' লৌথোকহন অনৌবনা শিল্লহল্লে।
ঈশিং মনম নুংশিবা মখোঙদুদা চাইহল্লে;
হান্ন'ই মালী অদুবু হৈকোল অদু শঙহল্লে।
মতৌ অসুম তৌবদ'ই হৈ অদু ফরকখি;
থৌদাং নীংথি' পাঙথোক্লম নিংথৌ স্বর্গ ফংজখি।