কার্দিয়াক এরেষ্ট অমসুং হার্ট এটেক অনীগী মশক খঙনা পূন্সি কনবা ঙম্নবা হোৎনবা

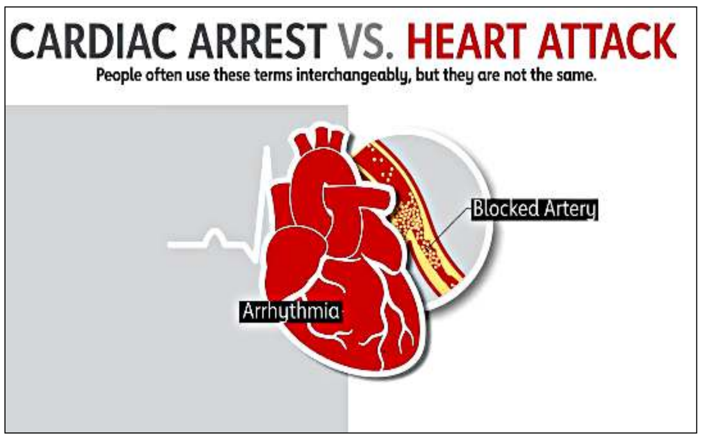
- খুরাইজম তোমথিনঙানবা মীতৈ -

কার্দিয়াক এরেষ্ট অমসুং হার্ট এটেক তৌরকপগী মতাং অসিদা ঐখোয়না অনা-লায়েংগী ত্রেইন তৌদবা মীওই হায়বদু ওইবা তারবসু, খুদক্কী ওইনা মতেং ফংদ্রিঙৈ নৎত্রগা ইমর্জেন্সি ৱার্করশিং লাক্ত্রিঙৈদা খুদোংথীবা নংলবা মীওই অদুগী থবাক্তা খূৎ অনীনা নমথদুনা শান্নবীয়ু, লোয়ননা খঙজিনবদা কান্নগদবা ৱাফম খরসু নৈনমিন্নসি।

হৌজিক্কী মতমদা মালেম পূম্বগী ওইনা পাক-শন্না থোরক্লিবা ইখঙ খঙহৌদনা কার্দিয়াক এরেষ্টঅমসুং হার্ট এটেক তৌরকপা হায়বা হকশেলগী খুদোংথীবা থৌওং অনী অসিগী মান্নদবা মশকশিং অদু সিম্পটম অমদি মরমশিং অদুগা লোয়ননা খঙলবদি অনাবগী মনাক নক্লা লৈরিবা মীওইশিংনা অথু-অকায়গী ওইনা মীওইবগী পূন্সি কনবা ঙম্নবগীদমক্তা তঙাইফদনা মথৌ তাবা থবকশিং অদু পাঙথোকপদা লুনা থোক্লোই। হায়রিবা লৌশিং অসি লৈরবদি ঐখোয়না মীওইবগী পূন্সি কনবা ঙমগনি। অৱাবা নংলবা মীওই অদু করিগুম্বা নিংশা হোনবা লেপখিবা তারবদি মহাক্কী থবাক্তা য়াম্না কন্না নমথবগা লোয়ননা মিনট অমদা কমপ্রেশন ১০০/১২০ য়ৌনা সী পি আরগী টেক্নিক অসি পাঙথোক্কনি। সী পি আর হায়বসি নুংশিৎকী মরী অদু হাংদোক্তুনা নিংশা হোলহন্নবা পাম্বৈ অমনি। টেক্নিক অসিদা ত্রেইন তৌরবা মীওইশিংনা চেষ্ট কমপ্রেশন ৩০/৩০গী চাংদা নমদুনা নিংশা হোলহন্নবা হোৎনৈ। নহাক্লা ত্রেইন তৌদবা মীওই ওইরবদি থবাক অদু নমথদুনা ইমর্জেন্সি ৱার্করশিং লাক্ত্রিবফাওবা শান্নবীয়ু।

হার্ট এটেক হায়রগা করিবু খঙনবগে? থম্মোয়গী শিংলী অচৌবা (কোরোনরি আর্টেরি) অমদা ফুন্দুনা লৈবা মরমদগী ওক্সিজেন মরাং কায়না য়াওবা ঈ অদু থম্মোয় মনুংগী করিগুম্বা মফম অমদা য়ৌবা ঙমদবা মতমদা হার্ট এটেক হায়বসি তৌরকই। ফুল্লিবা আর্টেরি অদু হোহন্দ্রবদি মদুনা ঈ ফংহল্লিবা হার্টকী মফম অদু শিথহল্লক্তুনা মথৌ পাঙথোকপা ঙম্লক্তে। হার্ট এটেক তৌবগী মতাং অমদা নারিবা মীওই অদু মতম শাংনা লায়েংবা তৌদনা লৈবা তারবদি য়াম্নমক খুদোংথীনীংঙাই ওইহল্লি। হার্ট এটেক হায়বসি শিংলী মনুংদা প্লেক লৈবা নৎত্রগা প্লেক মচেৎ অমা কায়বদগীসু তৌরকপা য়াই। হায়রিবা এটেক অসিগী লায়ওংশিংদি মিনট ২০ লোম থবাক নাবা নৎত্রগা হুমাং শৌবা, কোক ঙাওবা নৎত্রগা হন্দোকপা হায়রিবশিং অসিনি। অসিগুম্বা লায়ওংশিং অসি হার্ট এটেককী থৌদোক পূম্নমক্তা উৎকনি হায়বা লৈতে, করিগুম্বা মতাং খরদা লায়ওং হায়ফেৎ উৎপা নৎত্রগা শুকউৎ উৎলক্তবসু থেংনগনি। অহল ওইরবা মীওইশিং, দাইবেটিসনা নাবশিং অমসুং ক্রোনিক ওইরবা কিদনিগী অনাবশিং লৈবা মীওই হায়রিবশিং অসিদা হার্ট এটেক তৌরকপা মতমদা লায়ওংশিং অসি উবা ফংগন্দে। অমরোমদা, নুপী ওইবীশিংগী চাদা ৫০না থবাক নাবগী কেস থেংনৈ। অতোপ্পশিংনা ওই থংবা পাম্বোমদা নৎত্রগা য়ারীদা নাবা, কোক অসি ইয়াং য়াংবা, হন্দোক্লিংবা নৎত্রগা হন্দোকপা হায়রিবশিং অসি তৌগনি।

কার্দিয়াক এরেষ্ট হায়বসি করিনো ? থম্মোয় অসিনা অরানবা মওংদা মথৌ তৌরকপা অমসুং থম্মোয়গী মিহুল চাং নাইনা হুল্লক্তবা (এরিথমিয়া) মতমদা সদ্দন কার্দিয়াক এরেষ্ট (এস সী এ) হায়বা থৌওং অসি থোক্লকই। এস সী এ হায়বসি অয়াম্বা মতমদা করিগুম্বা ৱার্নিং ওইবা য়াবা খুদম অমত্তা পীবা তৌদনা, ইখঙ খঙহৌদনা থোক্লকপা থৌওংনি। মসিনা থম্মোয়গী ঈ চিংথোক-চিংশিন তৌবা মথৌ অদু চপ লেপহল্লি অমসুং ঈ অসিবু থোপ, থবোম্বী অমসুং হকচাংগী অতৈ কয়াৎশিংদা য়ৌবা ঙমহন্দে। এস সী এগী খংলাক-খংজিন ওইনা তৌবা খুদোংথীবা থেংনবা মীওইশিং অসি ইখঙ খঙহৌদনা ৱাস্থবা অমসুং মিহুল হুন্দবা থেংনৈ।



এস সী এ অমসুং হার্ট এটেক মরী লৈনব্রা ? সদ্দন কার্দিয়াক এরেষ্ট অমসুং হার্ট এটেক অনী অসি অমগা অমগা মরী লৈনৈ। এস সী এ হায়বসি হার্ট এটেক অমা তৌখ্রবা মতুং নৎত্রগা ফগৎলকপা মতাংদা থোকপা থৌওং অমনি। মসিনা থম্মোয়গী মথৌ অদু লেপহল্লি। হার্ট এটেক অসিনা এস সী এ তৌহল্লকপগী মরম অমনি।

এস সী এগী অতোপ্পা মরমশিংগী মনুংদা হার্টকী মসল অসি থাগৎলকপা (কার্দিওমায়োপেথি), হার্ট ফেলিয়র, এরিথমিয়া, মরু ওইনা ভেন্ট্রিকুলর ফাইব্রিলেশন অমসুং লোং ক্যু-টি সিম্পটম য়াওনা চেন্নেলোপেথি হায়রিবশিং অসি পনবা য়াই।

এস সী এ তৌরকপদা করি তৌগনি ? খুদক্তা সী পি আর তৌহৌরবদি কনাগুম্বা মীওই অমা কার্দিয়াক এরেষ্ট তৌরবসু হিংবা য়াবগী চাং ৱাংনা লৈ। খুদক্তা লোকল ইমর্জেন্সি নম্বরদা কোল তৌরগা সী পি আর তৌবা হৌবা য়াই। ওটোমেটেদ এক্সটর্নেল দিফাইব্রিল্লেটর (এ ঈ দি) অমা ফংলবদি, কনাগুম্বা মীওই অমনা নৎত্রগা ইমর্জেন্সি সর্ভিসশিংনা শীজিন্নবা য়াগনি।

করিগুম্বা কার্দিয়াক এরেষ্ট অদু মিহুল চাং নাইদবদগী ওইরবদি এ ঈ দি অসি খুদক্তা শীজিন্নদুনা পূন্সি কনবা ঙমগনি। খঙহৌদনা কার্দিয়াক এরেষ্ট তৌবা হায়বসি নহা ওইরিবা মীওইশিংগী মরক্তসু চাং ৱাংখৎলক্লি। ডাক্তর অমগী ৱারোলদা অসিগুম্বা কেসশিং অসিগী চাদা ৮০দি কোরোনরি আর্টেরি দিজিজ (সী এ দি) লৈবা মীওইশিংগী মনুংদা থোকই হায়রি।

থম্মোয়গী লায়নাশিংনা মরম ওইদুনা মালেম অসিদা মী শিবা অমসুং হকচাং শোয়নাইহনবগী অচৌবা মরম অমা ওইরক্লি। হায়রিবশিং অসিগী মনুংদা, লায়ওং হেক উৎপা হৌরকপগা ইথা থাজদনা পুং অমগী মনুংদা তৌরকপা সদ্দন কার্দিয়াক এরেষ্ট হায়বসি য়াম্নমক মীপাইনীংঙাইনি। ডাক্তরশিংনা মশা-মউ ফরিবা মীওই ফাওবদা 'সদ্দন কার্দিয়াক দেথ' হায়না খঙনবা হার্টকা মরী লৈনবা মীশি অসি থেংনৈ। ন্যু দেল্লীগী সাকেট হায়রিবা মফম অসিদা লৈবা মেক্স স্মার্ট সুপর স্পিসিয়েলিটি হোস্পিটালদা কার্দিওলোজিগী প্রিন্সিপাল দিরেক্টর ওইবা ডা. রাজিভ অগরৱালনা হায়, "এঞ্জিওগ্রাফি (ঈ পুবা শিংলীশিং চ্যেক তৌবা এক্সরেনচিংবগী মমি লৌবা) তৌবা মতমদা হায়রিবা মীওইশিং অসিগী শিংলী খূজীনবা নৎত্রগা ফুন্দুনা লৈরম্বা থেংনৈ। অদুম ওইনমক অয়াম্বনা হার্ট এটেক তৌগনি হায়বদি লৈতে। মসিবু অনা-লায়েংগী লোন্দাদা কোরোনরি আর্টেরি অমা খঙহৌদনা ফুল্লকপদগী হার্টকী মসলদা অকায়বা থোকহনবা হায়না খঙনৈ।"

ঙাকথোক্নবা লাইৱাশিং :- চহী নৌরিবা নহারোলশিংগী মরক্তা এস সী এ অসি থোকপগী চাং ৱাংখৎলকপা মরম্না ডা. অগরৱালনা মসিগী খুদোংথীবশিং অদু মুন্না খঙবা অমসুং মদু থোকহন্দনবা হোৎনবা চুমগনি হায়রি। মহাক্না হায়, "কোরোনরি আর্টেরি দিজিজশিংগী খুদোংথীনীংঙাই ওইবশিং অদু থোকহন্দনবা হোৎনবা হায়বসি য়াম্নমক মরু ওই। হায়পরটেন্সন (তোয়না থেংনবা মরম) লাকশিনবা, মৈখু থক্তবা, দাইবেটিস কন্ট্রোল তৌবা, হকচাংগী অরূম্বা হেনগৎহন্দবা, হকচাং শাজেল চাং নাইনা তৌবা অমসুং মচি ওইবা চীঞ্জাক চাবা হায়রিবশিং অসি মথৌ তাই।" অসিগুম্বা থিংহৌনবা পাম্বৈশিং অসি য়াম্না নহা ওইরিঙৈদগী হৈনবী অমা ওইনা শেমগৎপা চঙই, মরমদি হার্ট দিজিজ অসি নহারোলশিংনা নারবদি চহী মীয়াই চল্লকপা মতমদা শিগল্লি হায়নসু মহাক্না চেকশিন্নবা খঙহল্লক্লি।

ঙল্লিঙৈদা স্ক্রিন্নিং তৌহৌবা ফৈ :- থিংহৌনবা অনীশুবা পাম্বৈ অমনা, চহী নৌরিঙৈদা অমসুং চাং নাইনা থম্মোয়গী লায়নাশিং অমদি অতৈ খুদোংথীনীংঙাই ওইবা ফীভমশিং লৈব্রা হায়না স্ক্রিন্নিং তৌবা অসিনি। মীপূম খূদীংমক ইশাগী চহী ৪০ শুরবা মতুংদগীদি চহী ৩ খূদীংগী স্ক্রিন্নিং তৌবা নৎত্রগা ইমুং মনুংদা থম্মোয়গী লায়নানা নাখিবগী ৱারী লৈরবদি -- হায়রিবা মতম অসিদগীসু হেন্না ঙনখৎনা য়েংথোকপা হায়বসি মথৌ তাই। দ্রগ থেরাপি, মরু ওইনা ব্লদ প্রেসর ৱাংবা, কোলেষ্টোরেল অমসুং দাইবেটিস হায়রিবশিং অসি চ্যেক তৌবা চুমগনি হায়না ডা. অগরৱালনা ফোঙদোরক্লি। য়াম্না খুদোংথীনীংঙাই ওইবা মীওইশিংগীদমক্তা দিফাইব্রীল্লেটরগী দিভাইসশিং ইমপ্লান্ট তৌদুনা পূন্সি কনবা ঙমগনি। নহা ওইরিবা মীওইশিংদা কার্দিয়াক এরেষ্ট তৌরকপা, মরু ওইনা মশাগী চহী ২০গী মনুংদা লৈবা নহারোলশিংদা থম্মোয়গী মসলদা নাবগী অনাবা লৈবা নৎত্রগা কার্দিওমাইওপেথি হায়রিবশিং অসিনা মরম ওইদুনা খঙহৌদনা হার্ট এটেক তৌগল্লি। মরম অসিনা চাং নাইনা স্ক্রিন্নিং তৌবা, ক্লিনিকেল এগজামিনেশন, ঈ সী জি অমসুং ইকোকার্দিওগ্রাফি হায়রিবশিং অসি মহৈরোয়শিং অমসুং মশাগী চহী ২০গী মনুংদা লৈবা নহাশিংগীদমক্তা রেকোমেন্দ তৌরি। ইমুং-মনুংদা থম্মোয় নাবগা মরী লৈনবা মীওইশিংগীদমক্তা কাস্কেট স্ক্রিন্নিং হায়বা থৌওং অসিসু পাঙথোকপা চুমগনি। ●

হুইয়েন লানপাউ লিটরেরি ক্বীজ -১২৫গী ৱাহং

১) "মহাক্না হায়রম্মী" হায়বা ৱারীমচা অসি অতোপ্পা লোলদগী মণিপুরীদা হন্দোক্লবা ৱারীমচাগী লাইরিক্তা য়াওবা ৱারীমচা অমনি।
ৱারীমচা অসি য়াওরিবা লাইরিক্কী মমিং করি কৌবগে? ত্রান্সলেটর অসি কনানো?

২) "নঙবু ঙাইবদা অহীংসে হৌখরে
নোংমদোল থাজসু তাখরে
নঙবু থিবদা তাংলৌসে থেঙখরে
নোংমদোল থৱান মুৎখরে।"

ঈশৈ শৈরেং মতেক অসি য়াওরিবা লাইরিক্কী মমিং অমদি অইবসিগী মমিং ইয়ু।

৩) "গীতাগী পাউজেল" (২০০৮) হায়না মিংথোনবা লাইরিক অসি কনানা ইবগে?

৪) "ঐহাক লমকোইবা পামজৈ। মালেমগী মফম কয়াদা য়ৌনীংই।"

ৱাহৈ পরেং অসি নীংশিং ৱারী অমগী ৱাহৌদোক্তা অইবনা ফোঙদোকপনি। অইবা অসি কনানো?

৫) "মরি তৎলবা বীনা" হায়বা লাইরিক অসিগী অইবগী মমিং হায়য়ু।

মথক্তা পীরিবা ৱাহংশিং অসিগী পাউখুম নবেম্বর ১৫, থাংজ নুমিৎকী অয়ূক পুং ১১ ফাওবগী মনুংদা পাউচে অসিগী ওফিসতা নৎত্রগা ঈ-মেল **hueiyenliteraryquiz@gmail.com** সিদা মেল ওইনা থাবীরকপা য়াগনি। পাউখুম পীবিরকপা/থাবীরকপা মতমদা মিং, লৈফম, মহৈগী থাক অমসুং কন্টেক্ট নম্বর ময়েক শেংনা ইবিরকউ। ৱাহং খুদিংমক্কী পাউখুম চুম্না নৎত্রগা মশীং য়াম্না চুম্না পীবিরকপা মীওইশিং অদুদগী দ্রো ওৎচরগা লাইবক ফবা মীশক অমা খনজগনি। লোয়ননা খল্লবা মীশক অদুদা মনা পীজগনি।

হুইয়েন লানপাউ লিটরেরি ক্বীজ-১২৪গী অচুম্বা পাউখুম থাবীরকখিদি

১) মাইস্নাম বুদ্ধ, চীংঙামখা মাইস্নাম লৈকায় - (২)

(হুইয়েন লানপাউ লিটরেরি ক্বীজ- ১২৪গী অচুম্বা পাউখুম শুনা য়াওদবনা ক্বীজ অসিগী ওইনা মনা থমজদ্রে)

হুইয়েন লানপাউ লিটরেরি ক্বীজ -১২৪গী পাউখুম

১) "লৈমন চল্লবী গুলাপ" হায়বা ৱারীমচা অসি ৱারীমচাগী লাইরিক অমদগী লৌথোরকপনি। ৱারীমচা অসি য়াওরিবা লাইরিক্কী মমিং করি কৌবগে? অইবা অসি কনানো? **:- ৱারীমচা য়াওরিবা লাইরিক্কী মমিং - সনরিক পরেং, অইবা - রাজকুমারী নয়নস্না দেবী, ফর্ষ্ট প্রীন্ট : ২০২২।**

২) "বিলাশিনি" (১৯৭৮) হায়বা লাইরিক অসি কনানা ইবগে? **:- অইবা - য়াইস্কুল, লাইরিক্কী মখল - উপন্যাস, অনীশুবা ফোঙবা - ১৯৭৮।**

৩) "সনা পেতু পিয়াইনো" হায়না মিংথোনবা লাইরিক অসি মণিপুরগী মপানগী অইবা অমগী লাইরিক্লি। অইবগী মমিং হায়য়ু। **:- অইবা - ওয়াংখেম (ৱাংখেম) বীরমঙ্গল, লাইরিক্কী মখল - শৈরেংগী লাইরিক, অহানবা ফোঙবা - আগরটলা লাইরিক মেলা - ১৯৯৫।**

৪) "শুক্না মল্লি; কোয়না য়েংখিবদা, অথাপ্পদা অহাংবদা তন্দন অমফাওবা পাইদে। ... শমিন মচেৎ অমত্তা ফংদে।"

ৱাহৈ পরেং অসি অতোপ্পা লোলদগী মণিপুরীদা হন্দোক্লবা লাইরিক অমগী অহৌবদা য়াওবা ৱাহৈ পরেংনি। মণিপুরীদা হন্দোক্লবা লাইরিক অসিগী মমিং ইয়ু। ত্রান্সলেটর অসি কনানো? **:- লাইরিক্কী মমিং - চোমাগী দমরু, লাইরিক্কী মখল - উপন্যাস, মণিপুরীদা হন্দোকপা - নোংমাইথেম কিরনকুমার সিংহ, অহানবা ফোঙবা - ২০২৫।**

৫) "অৱাবৈ হৌরকফমদি নুংঙাইরুবনি
পিরাংগী হৌরকফম্না নুংশিরুবনি
কায়নবৈ হৌরকফম্না থাজরুবনি
নীংবা কায়বৈ হৌরকফম্না নীংশিংলুবননি।"

ঈশৈ শৈরেং মতেক অসি য়াওরিবা লাইরিক অসিগী মমিং করিনো? লাইরিক অসি কনানা ইবগে? **:- লাইরিক্কী মমিং - মেরা থাগী শনারৈ, অইবা - সোইবম একেন্দ্র, ঈশৈগী মমিং - অৱাবৈ হৌরকফমদি, অহানবা ফোঙবা : দিসেম্বর ২০১৪।**

মচু তরেৎকী ফিরাল - ১৩

- হৈস্নাম শ্যাম মঙাং -

তোঙান তোঙানবা ৱাহৈ-ৱাতাশিংনা হংবা ৱাহন্থোক ওইরবসু হায়রিবা ৱাহন্থোকশিং অসিগী ৱাপুদি অমত্তনি। মী হায়বদুগী থম্মোয়না ইলৈপাক অসিগী অকুৎপা মফম ওইনরিবা তম্পাকলম্বু মহুৎ শিন্না খঙনহল্লি অদুগা কোকনুংগী কাচিন্দা লৈরিবা আতিনয়া (অতিয়া) হায়না খঙনবা খোনলৈনা চীংগী শরুকপু মহুৎ শিন্না খঙনহল্লি হায়বদি রিপ্রজেন্ট তৌই। অসিগুল্লবা চীংলৈপাক ওইবা ঈলৈপাক অসিনা তাইপক থংৱাই (তাইবঙ থৱায়) ওইববু মশক তাকপগা লোয়ননা অসিগুম্বা ঈলৈপাক অসি তাইপক থংৱাই ওইবশিংগী লম্পী (লম্বী) হায়বদি থংৱাই লম্পী ওইনরিববু চীং (চীন) অমদি তম অনীনা পুল্লগা ওইবা ঈলৈপাক অসিগী অপূনবা শক্তম অমদি শক্তম অসিদা চেন্নরিবা লোনতা পুতা অসিগী ৱাহন্থোকশিংনা ফোঙদোকই হায়জনীংই।

থম্মোয়নুংদা তুংদুনা লৈরিবা খোনগী মায়লোন ওইবশিংনা আতিনয়া (অতিয়া) ওইবা কোকনুংগী কাচিন্দা হায়বদি খোনলৈদা চিনমিল্লক্লিবা অদুবু 'চিন' হায়না কৌনবনি। অমরোমদনা, কোকনুংদা চিনশিল্লক্লিবা অদুগুম্বা খোনগী মায়লোন ওইবশিং অদুনা অমুক থম্মোয়দা চিনথোক্লকপা নাইনা তম্লক্লিবা অদুনা 'তম' হায়না কৌনবনি। অসুম্না 'চিন' অমদি 'তম' অনীগী ৱাহন্থোক অনীনা তাইপক থৱায় ওইবা খোন ওইবশিংগী থবক থৌরাং (মথৌ) অমদি থৱায় ওইবা খোনগী লম্পী হায়রিবা অনী অসিবু ফোঙদোকই অমদি মহুৎ শিন্না খঙনহল্লি।

মতাং অসিদগী ঈলৈপাক অসিগী ঈলৈচাশিংনা লোয়ননা মালেমদা লৈরিবা মী হায়বা কাঙলূপ পূম্নমক্না খঙবিগদবদি - চীনলৈপাক (চীংলৈবাক) ওইবা ঈলৈপাক অসি মালেমদা লৈরিবা তোঙান তোঙানবা লৈবাক পূম্নমক্কা য়েংনবদা তোপ তোপ্পা অমদি তোঙানবা মখলগী লৈপাক অমনি। অসুম্না, লৈপাক পূম্নমক্তগী তোপ তোপ্পা অমদি তোঙানবা লৈপাক অমা ওইরম্বগী মরমদি ঈলৈপাক অসিগী হৌরকমী লইরমখিবা ঈপা-ঈপু ওইবশিং অদুনা হৌরকঙৈদগী হৌনা ঙাঙন-শক্করমখিবা লোনতা-পুতা ওইবা পুম্নমকশিং অদু লোইনা ৱাহন্থোক চেনবগা লোয়ননা হায়রিবা ৱাহন্থোক ওইবশিং অদুনা তাইপক থৱায় ওইবগী মথৌ থৌরমবু মশক তাকপা ঙম্মী অমদি থৱায়গী লম্বীবুসু খঙহনবা ঙম্মী।

"আসিনকুংপা ৱাহন্থোক চেনপা লোল অমাইবা মাইলেংতা লৈতেং, লৈলংপাতিন পুথোকপিলাকউ, য়েংমৈনংসিন্। অসিগুম্বা ৱাহন্থোক চেনবা লোল অমত্তা মালেমদা লৈতে, লৈরবদি পুথোকপীরকউ, য়েংমিন্নসি। লৈরম্বা তারগদি তোপ তোপ্পা অমদি তোঙানবা লৈরাং নত্তে হায়জগে, মসিনা অশেংবা অমদি অচুম্বা ৱায়েল ওইমিন্নসি। লোলগী মতাং অসিদি লোল অমদি ময়েক্কা মরী লৈনবা ৱারেং অমা ফোঙদোকচবগী মতাং অদুদা অখঙবা খরদং নীংশিংজগে।

ঈলৈপাক অসিদা লৈবিরিবা ঈলৈচাশিংনা খঙবীগদবদি ঐখোয়গী ঈপা-ঈপু ওইবা ঙমখিবা হৌলাংমী (হৌরকমী) ওইবশিং অদুদি মীওইবগী চৎন-কাঙলোনবু ঙাক্না চৎপা ঙমখিবনা মরম ওইদুনা মী হায়বগী থাক্তগী কাখৎখিদুনা মীওইবা হায়বা থাক অদুদা য়ৌবা ঙমখিবা অদুতমক হৌলকমী (হৌরকমী) ঙাক্তা ওইরমখিবনি। ঙসিগী মীরোল অসিদা ঐখোয়না উরিবা, তারিবা অমদি থেংনরিবা ঈলৈপাকসিগী লৈঙাকলোইনি নৎত্রগা লৈঙাক-কাঙলোন খঙলবা মীশিংনি (পোলিটিকেল পার্টিশিংনি) হায়না খঞ্জদুনা লৈবিরিবা ঈলৈচাশিং অসিনা তিন্নরিবা অমদি লোয়নরিবা ঈলৈপাক অসিগী ৱাংমগী লৈঙাকলোইশিংনি নৎত্রগা লৈঙাক-কাঙলোন খঙলবনি হায়রিবশিং অসি করম করম্বনো হায়বদি মীরা, শারা, উচেকলা অসিনচিংবশিংবু খঙজবা ঙমদনা লোয়নরুবা অমদি তিন্নরুবা অদুনা মরম ওইদুনা ঈলৈপাক অসিনা ঙসিগী ফীভমসি য়ৌশিল্লক্লিবরা হায়বগী ৱাখল্লোন অদু ফাওবা খন্থবা অমদি নৈনজবাঙমজদবা মখোয়শিং অসিদি মীওইবগী চৎন-কাঙলোন খঙদবা ঙাক্তনি লোয়ননা ঈলৈচা ওইনা মশিং থারুবগী কান্নবা ফংলোই হায়বসি ঈলৈচা পূম্নমক্না খঙবিগদবনি। ঈলৈপাক অসিগী নুংঙাই-য়াইফবগা মরী লৈনবশিং মখোয়গুম্বশিং অসিদগী খল্লুফম থোক্তে লোয়ননা মখোয়দা ঐখোয়গী এম্বিশন অমত্তা থম্ফম থোক্তে।

মীয়াম-লৈঙাক (দেমোক্রেসি) ওইগেরা নৎত্রগা নিংথৌ-লৈঙাক (মোনার্কি) ওইগেরা ওইনীংবা লৈঙাক মখল অমা হেক্তা ওইসনু, ঈলৈপাক অসিদদি মী হায়বদুগী থাক্তগী কাখৎখ্রবা মীওইবা হায়বদুগী চৎন-কাঙলোন অদুবু ঙাক্না চৎপা ঙম্বা মী মখল/মখলশি অদুনা লৈঙাকপা ঙম্লক্লবা মতম অদুদা ঈলৈপাক অসি নুংঙাই য়াইফবা হায়বদু ওইগদৌরিবনি। মদু হেক নৎত্রিবমখৈ ঈলৈপাক অসি নোংম-নোংমগী অদুম্মক ৱাবা হেনজিল্লকখিনি হায়বসি ঐগী অচেৎপা থাজবনি। মী হায়বদুগী কোকনুংদা চেনশিনখিদুনা চৎনবা (চৎ) নাইনবা (নাই) থম্মোয়নুংগী ঈনা কাংলক্লিবা খোননা কোকনুংদা মাইলোন নাইনা তারকপা অদুবুনি 'চৎনাই-কালোন' (চৎন-কাঙলোন) হায়না কৌনগদৌরিবসি। মী হায়বদুগী ৱাখল্লোন অমদি মিংখনলোন (মিংখৈলোন) ওইবশিং অদু থম্মোয় মাগা থানরবা মতুংদা তারকপা অরেপ্পা, তুং কোইনা চৎনবা য়াগদবা অশানবা মীৎয়েং লৈবা অদুগুম্বা ওইগদবনি। খৌজেংদগী (খনহৌচেনদগী) থোরকপা ৱাখল্লোন অমদি মিংখনলোন (মিংখৈলোন) ওইরোইদবনি। কোকনুংদা খনবা (খন) হেক হৌরকপা (হৌ) অদুদগী থম্মোয়গা থানরম্বা তৌদনা চেনথোকখিবা (চেন) অদুবুনি খনহৌচেনদগী (খৌজেংদগী) থোরকখিবা খোনগী মাইলোন ওইবা ৱাখল্লোন অমদি মিংখনলোন (মিংখৈলোন) হায়না কৌনগদৌরিবসি। মখোয়শিং অদুবুনি মথক্তা পঞ্জখিবা শা-ঙা, উচেক-ৱায়ানচিংবগী কোক্তা চেন্নরিবা খোনচেন-খোনথোক্কুম্বা হায়না কৌনগদৌরিবসি। অসিগুম্বা খোনচেন-খোনথোক চেনবা মী মখলশিং অসিনা মতম শাংনা থেঞ্জাং নাইনা ঈলৈপাক অসিবু লৈঙাক্লকপনা মরম ওইদুনা ঈলৈপাক অসিনা ঙসিগী অৱাবা ফীভম অসি ওইরক্লবনি। ●

(মখা চৎথজরকখিগনি)

[illegible]