লাইফ টাইম এচিভমেন্ট এৱার্দী ২০২৫, ঙাংবম স্বর্নজিৎ
আর্ট দিরেক্তর/কোষ্টুম দিজাইনর/মেক-অপ আর্টিষ্ট

- নানি

তরাতরুকশুবা মণিপুর ষ্টেট ফিল্ম এৱার্দ ২০২৫গী ওইনা লাইফ টাইম এচিভমেন্ট এৱার্দ ঙাংবম স্বর্নজিৎতা মণিপুরগী গভর্ণর অজয় কুমার ভল্লানা চীফ মিনিষ্টর ৰাই খেমচান্দ অমদি আর্ট এন্দ কলচরগী মিনিষ্টর খুরাইজম লোকেনগী মমাঙদা ঈকায় খুম্নবা উত্তুনা খুৎশিন্নখ্রে।

ঙাংবম স্বর্নজিৎ লমদমসিগী অতাঙবা মীশক অমনি। মণিপুরী ফিল্মগী আর্ট দিরেক্তর/কোষ্টুম দিজাইনর অমদি মেক-অপ আর্টিষ্ট অমা ওইনা অঙনবা সেল্লুলোইদ ফিল্মশিং (শাফবী, য়াইরিপোক থম্নালনু, ইঙেল্লৈ, খম্বা-খম্নু, ইচেশখি, খোঞ্জেলনচিংবা) কয়াদা অচৌবা থৌদাং লৌদুনা লাকখি। ন্যু দেল্লিগী নেশনল স্কুল ওফ দ্রামাদা মেক-অপকী ওইনা কন্দেন্সদ কোর্স অমা য়াওখি। মেক-অপকীদমক কোর্স অসি তমখিবা মণিপুরদা মহাক্না অহানবনি। মখা তানা হৌজিক অতোপ্পা অমত্তসু তন্নবী পাউ লৈত্রি। 'শক্তম শেন্বা' হায়বা মেক-অপকা মরী লৈনবা অচৌবা লাইরিক অমসু ফোঙদুনা তুংদা হৌরক্লিবা হীরম অসেমদা থৰায় য়াওবশিংগীদমক থন্বীরি। হায়রিবা লাইরিক অসি হীরম অসিগীদি ইহান হানবা অতাঙবা লাইরিক অমা ওইনা তুংদসু লৈহৌরগনি। য়াইস্কুল জন্মস্থানদা পোকখিবা ওজা অসিনা মেক-অপ ত্রেনিং ইন্সটিটিউট ওফ এম দি য়ু হাংদোকখি। অনৌবা নহা কয়া অমা পুথোকখি। মণিপুর লৈঙাক্কী পব্লিক ৱার্ক্স দিপার্টমেন্টতা দ্রাফ্টসমেন অমা ওইনা থবক তৌরম্মী। হৌজিক্তি থবক্কী পোত্থারে। ওজা অসিগী অপোকপা ঙাংবম জুগোলচন্দ্র লৈবাক্না শক খঙনরবা লাই য়েকপা, শাবা, ফিজেৎ-লৈতেং, পোৎলোইনচিংবা আর্ট ক্রাফ্টসকী লমদা খুৎহৈবা তাঙলবা মীশক অমা ওইখি।

অপোকপগী অপাম্বা ৰাখলগী মমি অদু ওজা স্বর্নজিৎতা ময়েক শেংনা তাখি। অদুনা মশাগী চহী ৭/৮ শুরকপদগী হৌনা লাই য়েকপা, শাবা, মতমদুগী দ্রামা কয়াগী পোৎচাক কয়া পুক্নিং চঙনা শাবা অমদি দিজাইন তৌবদা থৰায় লুপ্পা হৌরকখি। মদুতা নত্তনা অঙাংশিংগী শান্ন-পোৎলম কয়া শাদুনা শেন্দাল লন্বী অমা ওইনসু খরা খরা চঙশিন্দুনা হীরম অদোমদা খোঙ থাংজিনবা হৌরকখি। পীব্লিঙৈন্দগী হৌনা দ্রামা য়াওবা য়াম্না পামজরকখি। মশাগী চহী ১৩ শুরকপা মতমদগী এক্টর অমা ওইনা দ্রামা কয়াদা কুল্লকখি। মতমদুদা নুপামচাশিংতগী ওইবা 'বোইজ দ্রামাটিক য়ুনিয়ন' হায়বা দ্রামাগী লুপ অমা লিংখৎখি। মদুদা 'হরিচন্দ্র' হায়বা প্লে অদুদা 'বিশ্বমিত্র' অমদি 'উট্টরা' হায়বা প্লেদা শ্রীকৃষ্ণ শাদুনা মশক নাইবা রোল কয়া লৌদুনা মায় পাক্লউখি। মতমদুদগী হৌনা দ্রামা ফেষ্টিভেল কয়াদা শরুক য়ারুবদা বেষ্ট এক্টর অমদি বেষ্ট সপ্পোর্টিং এক্টরগী মনা কয়াসু ফংলকখি।

অসুম্না লীলা কয়া অমসু কুমদুনা লাকখ্রবা মতুংদা হেন্না থৰায় য়াওখিবদি লাই শাবা, শেন্বা, য়েকপা হায়রিবশিং অসিদনি। অঙাং ওইরিঙৈ মতমদা গোবর্দ্ধন পূজাদা লাইদা কৎনবা লৈবাক্লা যন শাদুনা মঙকতা সনারৈ পরেং মচা শীদুনা য়াম্না পুক্নিং চঙনা লাংনবা চংনরকখি। মদুগী শরুক অমা ওজা ওইনা ?সিনা ময়াম্না শানদবা যম লাবানা মখু খুমাং অনীনা কুন্দুনা লৈবগী শক্তম অমা শাখি। লৈবাক্তা যনদুগী মচু করম্না শগংদাগী হায়বগী ৰাখল খনবা হৌখি। মদুগীদমক তেঙ্গালি কোৎলগা থাউ খরা হৈজিন্দুনা মচু শেঙ্গলগা যনদুগী তেখি। মদুগী যন অদু মচু মুশিন মুনা, হেক য়েংবদা অঙকপা ফম্না ফজবা অমা ওইখি। মদু উরুবদা ওজা অসিগী নকুল শেংনা লৈবা সনখ্যা আর কে মধুর্য্যজিৎনা সিংহ কননা শাবা যননো হায়না হংবীখি। মদুদা 'ঐজ্ঞা ননাই ঐনা শাবনি' হায়না খুমখি। মতমদুদা সনখ্যানস 'নঙনা শোয়দনা ওইরমগনি খল্লিনে' হায়না খুক্লীবগী লোয়ননা পুক্নিং থৌগৎপা ৰাহৈ কয়া হায়বীখিবা অদুনা লাই শাবদা তুংদা লাক্কপা পুক্নিং চঙনবগী মচাক অমা ওইখি।

থিএটরদা শক্তম লাংবগী মহৎত্তা মখল কয়াগী কর্লিং শাবা, কোই শাবা, মীদা মীদগী য়েংদুনা অমদি হিস্টোরিকেল ওইবা মচাক ক্যারেক্টর তাশিন-খোমজিন্দুনা ফিজেৎ-লৈতেংগী ওইবা হীরম থিজিন-হুমজিনবরেমদা হেয়া পুক্নিং চঙশিনখি। মহাক্কী অসিগুম্না থৌদাং কয়াসি মণিপুরগী থিএটরদা অচৌবা খুদোল অমা ওইখি। মণিপুর ড্রামাটিক য়ুনিয়ননা পুথোকখিবা ড্রামা কয়াগী প্লেদা কোষ্টুম ডিজাইন তৌবা অমসুং শক শেঙ্গী থৌদাং মহাক্না লৌদুনা লাকখি। মরক অসিদা রাক্ষস অমসু নীংশিংজবা য়াই। মদুদি শুপ্তাগী থিএটরগী রা খক্তা নঙনা শুমাং অসিনা লৈনা অদুগী অঙখবা ফিজেৎ-লৈতেং অমদি প্রোপ শীজিন্নবা মরক ওইবা পোৎলম কয়াগী মতাংদা তথোক-তাশিন তৌদুনা শেম-শাবীখি। মরা খেৎথরকখিবগা নহারোল থোঙাংদু আর্টিষ্ট এসোসিএশন (২০০১)না পুথোকখিবা 'ছী তরেৎ খুন্তাকপা' হায়বা প্লে অমগী কোষ্টুম ডিজাইন তৌখি। মদুনা লীলা অদুগী অঙকপা মতিক-ময়াই হাপখি।

ফিল্ম অমদা আর্টিষ্ট আর্ট দিরেক্তর অমগী মথৌ অসি অস্কুনি মতিক চাউই। অদুবু হৌজিক্তি আর্ট দিরেক্তর অমগী মথৌ-মঙম অসি ইরায় লায়না লৌনরকপা থেংনরে। তশেংবদি আর্ট দিরেক্তর অমগী থৌদাংসি ফিল্ম অমা ফজহনবদা অমদি ফিল্মদুগী অহেনবা মতিক-ময়াই চেলহনবদা খ্বাইদগী মরু ওইবা কানবা য়াদবা থৌদাং অমনি। হৌজিক্তি ফিল্মদদি মমিং পঙথাদা থাজিনবগী রানি, আর্ট দিরেক্তর অমগী মথৌ-মঙমদি শীঁ তৌবা অমদি খঙনবা অমখ্রা লৈবা উই। আর্ট দিরেক্তর অমা ওইবা হায়বসিসু ইচম চম্না মীশক অমনা হেক্কে ওইবা য়াদে। মশাদা কলচরগী অরুপ্রভাঃ, উৎকদৌবিদা সিন অদুগী দিজাইনশিং মশুনা অয়েংখশিংদা ৰাহৈ য়াওদনা পীগদৌরিবা পুক্নিংগী ইঙ্গিৎকা লোয়নবা ৰাখল্লোন কয়াদু য়াম্না মরু ওই। মশ্নাইসিদি ফিল্ম দিরেক্তরগী অমনা থোইদোক্লা খল্লুবা লৈতে, মসিদি আর্ট দিরেক্তর অমগী মথৌ ওইরিবনি। মসিগা লোয়ননা কেরেক্তর অদুগী ফিজেৎ-লৈতেং, ওইদৌরিবা সিন অদুগা মরী লৈননা ওইফম থোকপা মশকশিং য়াম্না কুপ্না আর্ট দিরেক্তরগী অমদি কোষ্টুম দিজাইনরনা খল্লি। নীংথিনা শেঙ্গবা সেট অমদা কেরেক্তর অমনা থোরকপদা মদুগা রিলেভেন্স ওইবা করি করম্না পোৎকশিং উৎলগা, থক্লগা অহেনবা রাহক্লেক অমা পীবা ঙম্নবা হায়বসি ফিল্ম অমদি য়াম্না মরু ওই। মদুগুদি হৌজিক্কি ফিল্মশিংদা কয়া থোইনা নীংশিংনবগম্ন তৌরে। হৌজিক্কী ফিল্মদা কোষ্টুম দিজাইনর অমগী মহৎত্ত ইশৈগী সিনমা নুপীশিংগী কয়া ফিজেল শেংকনগে হায়বা অদোমদা খন্দুনা লৈরে। ফি শোরো শোরো চিৎবা অশংবা মচু-মচু শেংপা অদুনা ফজবা ওইনা লৌনবগম তৌবা উবা ফাই। মসিদি দিজাইনর অমগী কন্সেপ্ট অদুগী অরাবনা অমনি হায়না লৌবা যাই। ঐখোয়না ঐখোয়গী ফিল্মদা ইশেঁ ফিল্মগী মতৌ অদুনা মখোয়গী মওং মতৌ লৌদুনা ইশৈদবু ওইরবসু ফিজেৎ শেঙ্গ অদুনা মণিপুরী ফিল্মগী অহেনবা ফজবা অমা পুরকপা ঙম্লে হায়বসি ওজা অসিগী অচেৎপা থাজবনি। অদুনা হৌরক্লিবা নহাশিংনা কলচরগী মমি নীংথিনা তহনবা ওত্তা দিজাইন তৌবদা পুক্নিং হেয়া চঙহন্নিংবগী অপাম্বা ওজাসিগী মাক্কেঙ্গী থক্লে।

ওজা স্বর্নজিৎ মণিপুরী ফিল্ম ফেষ্টিভেল কয়াদা লেমজনিংঙাই ওইবনা মনা-মথুম কয়া ফংলকখ্রে। লোয়ননা হৌজিক্কি মণিপুর ষ্টেট ফিল্ম দিভেলপমেন্ট সোসাইটি অমদি অতৈ লুপ কয়ানা পাঙথোকপা ফেষ্টিভেল অমগী মওং শক সেক্কর অমা ওঙদনা লাক্লি। অহল মতম ওইশিংবুৱা ওজাসিগী ৰাখলদা হৌজিকসু ঐখোয়গী মাঙ্গথানবা তাঙলবা চংনবীগা শাগোয়ান্না ফিজেৎ-লৈতেংশিং অমদি কেরেক্টর অমদা মথৌ তাবা শক্তম শেঙ্গী ওইরক্লবা কয়া অসিগীদমক নুংনাজ রাই। লাক্লিবা অহোংবা কয়া অসিনা, অরিবা মতমগী রারী-ৰাখোজা প্লে অমা পুখোরকপা মতমদা ৰাখলনা লামসিল্লগা ফিজেৎ-লৈতেংবু ওইরে, মেক-অপ তৌবৃ ওইরো পংশেমগী শেমজিনবা অসিনা ঐখোয়গী শক্তম মাঙ্গপ্রবদা হায়বগী চিংনবা কয়া ফওরি। অদুনা হীরম অসোমদা খৃৎ থানুনা চঙশিনবিরিবশিং য়াম্না কুপ্না মুন্না খন্থবীদুনা হেয়া থিজিন-হুমজিনবিরগা অসিগী শক্তমবু কনবদা থৌদাং লৌহৈংইহায়না থক্লি। মণিপুর ষ্টেট ফিল্ম দিভেলপমেন্ট সোসাইটিনা ওজাসিনা মণিপুরী ফিল্মগী লমদা কখোল্লিবা কয়াসিবু শক খঙবীবগা লোয়ননা লেমজনিংঙাই ওইরবা লাইফ টাইম এচিভমেন্ট এৱার্দ পীরকপসি য়াম্না মরম চাই হায়না থমজগে।

নহাশিংগী অখনবা ৰাখল : - নহা ফাল

পূক্নিং-ৰাখল ঙাইহাক ঈংথহল্লিবা ম্যুজিক ভিদিও লাকউকো তোয়না

ঈশৈ হায়বসি মীপুম খূদিংমক্না তানৈ। অৰাবা মতমদসু, নুংঙাইবা মতাংদসু ঈশৈদি অদুম্মক তানদুনা লাক্লি। মসিনা মীয়ামগী পূক্নিং অমদি ৰাখলবু ফাথনবা, ঙাইহাক ওইরবসু অৰাবা পোত্থাহন্নবগী শীজিন্নবা খূৎলাই অমনি হায়না লৌবা য়াই। ঈশৈ অদুবু তারগা কনাগুম্বশিংনা মাগী মাগী লন্নাই ওইবা মুদ অমমম শাগৎলগা ঈশৈ অদুগী মহাও লৌনরি। মতৌ অসুম্না ঈশৈ খক্তমক তানরম্বদগী হৌজিক্না ভিদিও নমথোক্তুনা ঈশৈ অদুগী ফজবা নুংগী ওইবা ৰাখল্লোনশিং এক্টর অমদি এক্ট্রেসশিংগী হৈ-শিংবনা অমুক্কা হেন্না ফজথোকহল্লে। হৌজিক্না অমুক ন্যু মীদিয়াগী মতম ওইরকপনা ভিদিও হায়বসি য়াম্না মরু ওইরক্লি। মরম অদুনা ঈশৈশিংসি ম্যুজিক ভিদিও ওইনা নমথোক্তুনা মীয়ামদা উৎননবা হোৎনরক্লি। লোয়ননা ম্যুজিক ভিদিও হায়বসিনা ফিল্মদা খোঙদাজনিংবা আর্টিষ্টশিংগীদি অমুক্কা হেন্না লমজিংনবা পাম্বৈ অমা ওইরক্লি।

নৌনা পুথোক্লরক্লিবা ম্যুজিক ভিদিওশিংগী মনুংদা জয়দীব মেমোরিএল ফাউন্দেশনন মীয়ামদা খুদোল তল্লকপা অদুগা ঈপাক ফিল্মস প্রদক্সন মণিপুরগী বেন্নর মখাদা আর কে নয়নস্নানা পুথোকপা 'লাকউকো তোয়না' হায়না মিংথোনবা ম্যুজিক ভিদিও অসিসু অদুম্মক পূক্নিং হুনা য়েংবা অমদি তাবদা নুংঙাইবা ঈশৈগী মথেল অমা ওইরি। ঈশৈ অসিগী শৈশকপীনা পিঙ্কি সাইখোমনি। অদুগা ম্যুজিক দিরেক্তরনা ফিবসন লাইনি। শক্তম লাংলিবশিংনা জেলিশ খাঙেম্বম অমদি জিতেশ্বরি খাঙেম্বমনি। আর কে নয়নস্নানা ইবা ঈশৈগী ময়েক্না অসুম্না শৈথারি- *নঙদি কোরৌগী মঙালনি ঐগী/শাৎচৈ ঐদি নঙগী নঙালদা/পীবীদ্রবা নঙনা মঙাল/খুইজিল্লি ঐগী থম্মোয় লৈরাংসে/লাকউকো তোয়না ঐখোয় থোঙ্গালদা/য়েংজহৌগেকো লোৎনা থোঙনাওদা// মঙলান্দসু উই তোয়না মোমোন্নরা মায়থোঙদো/খূৎশম্ননা চৎলম্মী ঐগী মঙলান্দা/নোকচৈ ঐসু মঙফাওনরকপদা/নীংশিং নীংশিং মঙলান্দুগী ৰারী// খঙদে নঙনা ঐবু কয়াম নুংশিবা/হংবসু হংনিংদে ঐনা নফমদা/লৈজসনু থম্মোয়নুংদা লেঙদনা থম্মোয়গী ৰাখলদি/হংলক্নু নঙসু কয়াম নুংশিবা//* অসিনি।

শৈহেক অসি শৈবানবনসু নীংথিনা পাল্লকই। অদুগা ঈশৈসিদা হাপ্লিবা পেনাগী শরুকশিং অসিসু য়াম্না চুননা ফজনা থোকই। শক্তম লাংলিবা জেলিশ অমদি জিতেশ্বরিনা য়াম্না থৰায় য়াওনা এক্ট তৌবগী মমি তাই। খুঙ্গং অমদা ইচম চম্না হৌজরকপী নুপীমচা অমনা মহাক্না মপূক্নিংনা খোয়দাজবা পাখঙ অমা উরুবদা মহাক অদুবু তোয়না মখোয়গী থোঙ্গালদা লাকহন্নিংবদু ম্যুজিক ভিদিও অসিদা মপুং ফানা উৎলি। ম্যুজিক ভিদিও অসিগী দিরেক্তর রাকেশ নাওরেমনা ঈশৈ অসিগী মতাংদা অসুম্না ফোঙদোরক্লি, 'মণিপুরী সিনেমাগী গেটৱে অমা ওইরিবা ম্যুজিক ভিদিও কয়া মরাং কায়না পুথোকপা তারগদি হৌরক্লিবা আর্টিষ্টশিংগী ওইনদি য়াম্না লাইবক ফবা হায়বদু ওইগনি। ফিচর ফিল্ম অমা পুথোক্লমদাইদা অনৌবা আর্টিষ্ট অমবু মেন এক্টর ওইনা এক্ট তৌহনবা হায়বসি প্রদ্যুসর অমদি দিরেক্তরদা অকীবা ফাওগল্লি। মরম অসিনা অনৌবা আর্টিষ্টশিংনা তঙাইফদনা আর্ট, এক্টিং খরদং ওইরবসু মশানা হৈজিনবা হায়বসি য়াম্না তঙাইফদে। ৰাফম অসিদা যূম্ফম ওইরগা ঈপাক ফিল্মস প্রদক্সন মণিপুরনা লেপ্পা লৈতনা পুথোরক্লিবা মণিপুরী ম্যুজিক ভিদিওশিংগী মনুংদা 'লাকউকো তোয়না' হায়না মিংথোনবা ম্যুজিক ভিদিও অসিসু অমনি। মসি পুথোক্তুনা মনুং মতম চাদনা লৈখিদ্রবা ইন্টরনেশনল পোলো প্লেয়র গুরুময়ুম জয়দীবতা কখোকচবনি। ভিদিও অসিদা এক্ট তৌরিবা জেলিশ অমদি জিতেশ্বরি অনীনা য়াম্না থৰায় হকচাং য়াওনা এক্ট তৌরকপসি উবদা দিরেক্তর অমা ওইনা অপেনবা পোকই। হেন্না নুংঙাইরিবদি চহী য়াল্লবী, অহলগী মতম ওইরক্লবী ইমাসি আর কে নয়নস্নানা ঈশৈ ময়েক ইবীরকপদা নত্তনা খুন্নাইসিগী হৌরক্লিবা আর্টিষ্টশিংবু পূক্নিং থৌগৎপা ওইনা ম্যুজিক ভিদিও অসিগী প্রদ্যুসরগী থৌদাং লৌবীরকপা অসিনি।

ম্যুজিক ভিদিও অসিদা থৌদাং লৌরিবশিংদি- ম্যুজিকতা ফিবসন লাই, শৈশকপী-পিঙ্কি সাইখোম, এদিটর-মোহেন্দ্রো কামস, কোরিওগ্রাফর-ডা. সটজিৎ থিয়াম, কোষ্টুম-বিমোল তাওরেম, মেকঅপ-রাগিনি অমসুং চন্দ্রিমা, কেমেরা-সুশিল যূম্লেম্বম, এসিষ্টেন্ট দিরেক্তর-তোম নিংথৌজা, আর্ট দিরেক্তর-তাখোইমু, প্রদক্সন কন্ত্রোল্লর-নাওরেম রোমিলা, ত্রান্সপোর্ট-মংলেম মচা, প্রদ্যুসর- আর কে নয়নস্না অমদি দিরেক্সননা রাকেশ নাওরেমনি।

ঙাইহাক অৰাবা পোত্থাবা মতমদা ঈশৈ হায়বসি য়াম্না মরু ওইবনা মণিপুরদা ম্যুজিক ভিদিওশিংসি য়াম্না পুথোক্লবা হোৎনবগী তঙাইফদবা লৈরে। লোয়ননা মালেমগী থাক্তা ঐখোয়গী ঈশৈশিং মীয়াম্না পাম্না তাহন্নবা হোৎনবগী মথৌসু তারক্লি। অদুম্নদি ওইরগা ম্যুজিক ভিদিওশিংসি পুথোরকপা মতমদা ঙাইহাক্কী হৌরকপা পূক্নিংগী অপাম্বা থুংলগা লোইরে খন্দুনা পুথোকপগী মতম ওইদ্রে। মালেমগী থাক্তা মীওইবগী হোংলক্লিবা পূক্নিং-ৰাখল, অকোয়বগী ফীভম অমদি মীয়াম্না পাম্নরিবশিং করিনো হায়না কুপ্না নৈনবা, রিছর্স তৌবা মথৌ তারক্লি। মসিগী মথক্তা পুথোক্কদৌরিবা ম্যুজিক ভিদিও অদুগী যূম্ফম ওইগদৌরিবা মীওই কাঙলুপকী পূন্সিরোল, চৎনবী, লাইনিং অমদি কলচর কুপ্না নৈনদুনা প্রদক্সন অদুবু হেক য়েংলুবদা মীওই ফুরুপ-কাঙলুপ অদুগী মশক তাকপা ঙম্নবা হোৎনবা হায়বসিসু তঙাইফরক্রে হায়নিংই।

হেমচান্দ নিংথৌজম

ঐখোয়না চাক লাল্লবা মতমদা শাউনীংলিবা করিগীনো?

চাক লাম্বা অমসুং লাম্মনখিদুনা খোয়রাং-খোয়শাউনবা নৎত্রগা শাউনীংবা পোকপা হায়বসি অমগা অমগা মরী লৈনৈ। য়ুনিভর্সিটি ওফ নোর্থ কেরোলিনাগী থিজিল্লোইশিংনা- মীওইবদি চাক লাল্লবা মতমদা শাউগল্লি হায়বসি থেংনরে। শাউগাল্লিবা অসিগী মরমশিং অদুগী মনুংদা অমদি- পূক হাঙলবা মতমদা ব্লদ সুগরগী লেভেলদা অকায়বা লাকপা অসিনি। নীংথিনা চাদবা মরমদগী অরাম-খৌরাংবা পোল্লকপা মতমদা ব্লদ লেভেলগী চাং হন্থরকই। য়াম্না নেমথরক্লবদি এদ্রেনেলাইন অমসুং কোর্টিসোল হায়রিবা হোর্মোনশিং অসি থাদোরক্তুনা ব্লদ সুগরগী চাং খংৰাং অমুক ৰাংখৎহল্লি অমসুং মসিনা খোয়রাং-খোয়শাউনবগী মওং অমা থোকহল্লি।

ব্লদ সুগর নেমথরকপা অসিনা মীওইবগী মিহুল কন্ত্রোল তৌবনচিংবা ব্রেইনগী মরু ওইবা মথৌশিংদা অকায়বা থোকহল্লি অমসুং মসিনা মীগী মওং-মতৌদা অহোংবা লাকহল্লি। অশাউবা হায়বসি পূক লাম্বগা মরী লৈনৈ, মরমদি মীওইবনা পূক হাঙবা মতমদা ন্যুরোপেপটাইদ ৰাই অসিনচিংবা ব্রেইনগী কেমিকেলশিং অসিসু কোক মনুংদা থাজিল্লি। অদুম ওইনমক কেমিকেলশিং অসিনা অশাউবা নৎত্রগা য়াম্না শাউনীংবা হায়রিবশিং অসিবুসু চাং অমদা লৈহনবদা মতেং পাংই।

পুৱারীগী মীৎয়েংদা পূক লাল্লগা শাউনীংবা পোকপা অসিনা মীওইববু হিংদুনা লৈবা ঙমহল্লি হায়বা য়াই। ঐখোয়না উমং-ৰামংদা শা তান্দুনা চানবা চীঞ্জাক থিরগা হিংনরিঙৈ মতম অদুদা পূক লাম্বা মরমদগী শাথিবা শক্লোন অমা লৌখিবা অদুনা চানবা চীঞ্জাক ৰাক্তনা হিংবা ঙমহনখি।

চাক লাল্লগা শাউনীংবা পোকপা হায়বসি ঙাইহাক্কী ওইবা তারবসু থৌওং অসিনা মীগা মীগা লৈনবা মরীদা অকায়বা থোকহল্লকপা য়াই, মরম অসিনা মতম অমসুং চাং নাইনা চাবা-থকপা তৌবীয়ু। চাং নাইনা চারবদি ব্লদ সুগর কা হেন্না নেমথরকপদগী থিংদুনা পূক হাঙলকপা মতমদা শাউনীংবা তৌররোই। সুগর খংৰাং ৰাংখৎহনবা নৎত্রগা খংনেম নেমথহনবা জঙ্ক ফুদশিং চাদনবা হোৎনবীয়ু। মচিগী শরুক অমসুং ফাইবর মরাং কায়না য়াওবা চীঞ্জাক চারবদি ব্লদ সুগরগী চাং চপ চানা লৈবগা লোয়ননা মতম শাংনা চানিং-থক্লিংবা পোক্লোই। কার্বোহায়দ্রেটশিং মরাং কায়না য়াওবা হৱাই-চেঙৱাই, ফাইবরগীদমক মনা-মশীং, উহৈ-ৰাহৈ, হৱাই মরী চৎপী অমসুং প্রোটিন ফংগদবা চীঞ্জাক হায়রিবশিং অসি চাবা কান্নগনি।

পুৱারীদা ঙসি [illegible]

১। কুমজা ২০০৯ গী জুন ৭ তা, অবু মুসাব এল-জর্কাউৱি হায়না খঙনবা ইরাকতা অল-কৈদা লিংখৎপা মীওই অসি য়ু এসকী নোংথক্কী এট্রেক অমনা মহাক্কী লোৎফমদা হাৎখি।

১. [illegible]

২। কুমজা ২০০৯ দা, উখ্রুল দিষ্ট্রিক্টকী ফুংয়ার ব্লোক মনুং চনবা খুল নিপালদা, হৌখিবা লৌরোক্কী ফৌ অমত্তা লোকখিদবা অমসুং পি দি এসকী পোৎলমশিং য়ৌরক্তবদগী চাক তাঙবগী অৰাবা মায়োক্লরে হায়না খুঞ্জাশিংনা পাউমীশিংদা পাউদম্নরকখি।

২. [illegible]

৩। কুমজা ২০০৯ গী ঙসিগী নুমিৎয়ুংবা মতুংদা চুড়াচান্দপুর দিষ্ট্রিক্টকী পার্বুং পুলিস ষ্টেশননা কোনবা দোলতাং পাইটে খুলদা মমিং চিংখোলটিম এলাইজ খোলটিম কৌবী, মশাগী চহী ১৪ রোমদমক ঙায়রিবী লৈশাবী মচা অমা থাঙনা মশাগী মফম কয়াদা লেল্লগা মীহাৎ থীনা হাৎলম্বা থেংনখি।

৩. [illegible]

৪। কুমজা ২০০৯ দা, ওল মণিপুর মাষ্টর্স ফুটবোল এসোসিএশননা শীন্দুনা কোন্থৌজমদা লৈবা কাংজেবুংদা পাঙথোকপা অহানবা মাষ্টর্স কপ ইনভিটেশনল ভেট্রান ফুটবোল টুর্নামেন্ট, ২০০৯ গী ঙসিগী নুমিৎসিদা শান্নখিবা অহৌবা মেটচতা য়ু এস এস এ, কোন্থৌজমনা ঈ ভি এফ এ, তখেলবু গোল ৩-০ দা মায়থীবা পীখি।

৪. [illegible]

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৰাংখেম জীবোল সিংহ
এসিষ্টেন্ট প্রোফেসর (বাইওষ্টেট) জেনিমস
চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ০৭।০৬। ২০২৬ ইং, নোংমাইজিং;
ইঙাগী ২২নি পানবা।

মেষ: মীয়াম্না চানবীবা, নচাক-নরলসু চাওখৎপা, খূৎচাও থানা অনৌবা থৌরম পাঙবা য়াবা নুমিৎনি। নাপল লোয়নরবদি নরল চৎকনি।
লৈশা পাখঙগী- নীংবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

বৃষ: পূক্নিং অমদি ৰাখল অনীমক ফাথনা লৈগদবা নুমিৎনি। লৌশিং চাউবগী পাউতাক নত্তনা অনৌবা থৌরম অমত্তা পাঙদবা ফগনি।
লৈশা পাখঙগী- মতম খরা লৌখো।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

মিথুন: মীপাইবা পোক্তনবা মরম খঙদনা হোয়া ফরনু। লৌশিং অমদি অচুম্বা নত্তনা পাম্বৈ লৈতে কাউগনু। থবক্কী পাউদি নুংঙাইগনি।
লৈশা পাখঙগী- হেন্না আশা চাউরুনু।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

কর্কট: লৌশিং ফুদোকপা ৰাগনি, হৈপা শাগনু। মরুপ-মপাং লোয়নবা থবকশিংদি শোয়দনা অফবা ফল লাক্কনি। অরানবদি পামগনু।
লৈশা পাখঙগী- নুংশিবনা চাল্লি।
থৌনি পোৎলম: লৈ নাপু/কিসমিস

সিংহ: লাইবক থোইনা ফবা, খূৎচাও থাবদা চীংননিংঙাই লৈরোইদবা নুমিৎনি। নীংহন্নদবা অমদি নচা-ননাইগী মতেংসু কান্নগনি।
লৈশা পাখঙগী- নুংশিবা ফংজে।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাঙবা

কন্যা: অশাওবা অমদি ফিংবনা মাঙজবতা নংগনি, ঈংথৌ। হকচাংদি নুংঙাইজগনি, অরং-অরাক লৌশিনবা য়াগনি। য়েংনবদি মাঙজে।
লৈশা পাখঙগী- নীংজবা থুংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

তুলা: থিবা-হুম্বা কনবা, থাজবা মরুপ্তগী মতেং ফংগদবা, নচাক-নরল ময়েং তাদবা নুমিৎনি। মীৰা থাজরবদি নচা-ননাই খরদি মাঙজগনি।
লৈশা পাখঙগী- ৰা তুপথোক্কনু।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

বৃশ্চিক: হান্ননা পোরম য়াথোক্লবা নত্তনা থৌরম অমত্তা পাঙগনু, তাঞ্জা ঙাইয়ু। অনম তানবনা উংখৎনগনি, মীৰা লৌবনা মরুপ মাঙগনি।
লৈশা পাখঙগী- মতম হৌহনখো।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙৌবা/চেঙ

ধনু: শেল-থুম কান্নগনি, আশা চাউবগী কান্নজৌ হায়বা নুমিৎনি। অদুবু ফিংলবদি নুংশা থিবা নংগনি, চিন কনবনা চোপ্পা নংগনি।
লৈশা পাখঙগী- লাইবক ফগনি
থৌনি পোৎলম: লৈ অশংবা/কিসমিস

মকর: অফবা মিংচৎ ফংজগনি, ৰানোম-থৌনোম কান্নগনি, লৌশিং ফুদোকপা ঙমজগনি। অফা-অপুন্নবা লৈরম্লবসু কোকচবা লৈ।
লৈশা পাখঙগী- ঈকায় খুম্নবীগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

কুম্ভ: হৱাওবা, ৰাখল থোকপা, শেন্দোং চাউনা ফংগদবা নুমিৎনি। মীয়াম্নসু হান্নগুম য়াম্না চাল্লি। অদুবু হুরানবনদি তাথি, পঙথগনু।
লৈশা পাখঙগী- লাইবক য়াম্না ফৈ।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

মীন: মীয়ামগী মতেংনা অফবা মফম কনবা ঙমজগনি, নীংহন্নদবনা মীকোক থোংজৌ হায়বসু লৈ। নখা থাবগী ৰা লৌরদি মাঙজগনি।
লৈশা পাখঙগী- মরীদি হেন্না ফৈ।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙৌবা/শঙ্গোম

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।

নাপী হৌহন্নীংদবা হৈকোল-লৈকোলগী মফমশিংদা ''ৱীড মেট'' শীজিন্নবা

ডা: এম থোইথোই সিংহ, ক্রোপ সোল্যুসন্স

(The Science Behind the Technology)

পান্বীগী মখোঙ অমসুং খোঙ লম্বীদা ৱীড মেট থাবা

মনা-মশিং অমসুং অতেনবা মতমগী পান্বীশিং, থা ৩-৪ খক্কী ওইবা নৎত্রগা য়াল্লবদা থা ১০-১১ মুক্কী মনুংদা মপুং ফাবা পান্বীশিং থারিবা ফৈদোমশিংদা নাপী হৌদনবা পোল্লি মলচ নৎত্রগা চরুনা কুপশিল্লি। থারিবা পান্বীশিংদুখকপু নুংশা মঙাল ফংহল্লি। মখোয়গী মনাক্তা নাপী অমত্তা হৌবা ঙমহন্দে অমসুং তশেংনা থারিবা পান্বীশিংদুখকপু শাহৌ ফহল্লি।

অদুবু চহী চুপ্পা হৌরগা লৈগদবা (Parennial plants) পান্বীশিংদদি অসিগুম্বা Poly mulch (অপাবা Polyethelene না শাবা) অমসুং চরুনচিংবসি চন্নরক্তে। শীজিন্নবদা মতম কুইনা চত্তবদা নত্তনা খূৎ হেন্না চঙই। মসিনা মরম ওইরগা ৱীড মেটপু হেন্না পাম্নরকই, শীজিন্নরকই।

ৱীড মেট : ৱীড মেট হায়বসি Landscape fabric হায়নসু খঙনৈ। Polypropylene না শাবা, য়োংখমদা শাবগুম ময়ুং-মফেন নাইবা, লৈমায় মথক্তা তিংথোক্তুনা থাজিনবদা হান্না হৌজবা নাপীশিং অমসুং হৌগদবগী মতম ঙাইহরিবা নাপী মরূশিং নুংশা ফংহন্দবা ঙম্বা ফক মখল অমনি। মসিনা হান্না হৌজরম্বা নাপী অমসুং নাপী মরূশিংবু হৌবা ঙমহন্দে। নোংগী ঈশিং অমসুং পান্বীশিংদুদা চাইরিবা ঈশিং ৱীড মেট ফাওরগা লৈবাক মনুং, পান্বীগী মরা য়ৌহল্লি। থারিবা পান্বীশিংবু শাহৌ ফনা লৈহল্লি।

ৱীড মেট করম্না শীজিন্নগনি : হৈকোল-লৈকোলশিংদা হৌরিবা পান্বীশিংগী মখোঙগী অকোয়বদা নাপী হৌদনবা ৱীড মেটনা কুপশিল্লি, অতোপ্পা মফমশিংদা থাদোকখিনবা শেল্লবা চারাশিংগী মরানা চারা শেল্লিবা খাওদু ফাওথরগা লৈবাক মনুং চংখিদনবা ৱীড মেট মথক্তা চারাশিংদু থম্নৈ, লৈকোলগী নৎত্রগা Green-House নৎত্রগা Shade Net মনুংগী খোঙ লম্বীদসু নাপী হৌদনবা ৱীড মেট থাজিন্নৈ।

ৱীড মেটনা পীরিবা কান্নবশিং : ১) ৱীড মেটনা পীরিবা কান্নবশিংগী মনুংদা খ্বাইদগী মরু ওইবসি নাপী অমসুং হৌগদৌরিবা নাপী মরূশিংবু নুংশা মঙাল ফংহন্দবসিনি। ৱীড মেটনা কুপশিনবীখ্রবা, নুংশা মঙাল ফংদ্রবা নাপীশিং শিরনি, নাপী মরূশিং হৌবা ঙম্লরোই।

২) হৈকোল-লৈকোলদুমক লূনা-নান্না উরনি।

৩) মতম কুইনা ৱীড মেট শীজিন্নরিবা লৈবাক্তুদা অনৌবা নাপী মরূ লৈররোই। নুংশিৎনা পুরকপা নাপী মরূশিংদুসু লৈবাক য়ৌররোই। ৱীড মেট মথক্তা লৈরনি, হৌররোই।

৪) কেমিকেল ওইবা নাপী হিদাক শীজিন্নবা পাম্নদে। হিদাক্কী লেমখাকশিং অমসুং অকোয়বগী ফীভমদা অকায়বা পীদবা ৱীড মেট পাম্নৈ।

৫) লৈবাক্তগী ঈশিং মনিল ওইনা পাইথোকখিগদবদু ফারগা থম্মী। অশাবা মতমদা ঈশিং য়াম্না থুনা কংখিগদবদু থিংবা ঙম্মী। পান্বীশিংবু ঈশিং ৰাক্তনা থম্মী।

৬) নাপীশিং হৌহন্দ্রবনিনা নাপীনা শীজিন্নখিগদবা মচিঞ্জাকশিং থারিবা পান্বীদুনা শীজিন্নজবা ঙমহল্লি।

৭) নোংগী ঈশিং অমসুং পান্বী মথক্তা চাইবা ঈশিং ৱীড মেট ফাওরগা পান্বীগী মরাশিং ফংহল্লি।

ৱীড মেট মখল : ১) রুভন ৱীড মেট (Woven Weed Mat) : প্রোলিপোপাইলিন নৎত্রগা পোষ্টিরনা ময়ুং-মফেন নাইনা (ফীগুম্না) শাবা, য়াম্না কনবা শেগাইগন্দবা ৱীড মেটনি।

২) নন-রুভন ৱীড মেট (Non-woven weed mat) : খরা হেন্না থাবা পোলিষ্টর নৎত্রগা পোল্লিপ্রোপাইলিননা শাবা, য়েত্তুমনা পীক্লা পীক্লা হুৎপগুম হোবা, নাপী ফাওগৎপা ঙম্লোইদবা অদুবু ঈশিং অমদি নুংশিৎতি ফাওবা ঙম্বা ৱীড মেটনি।

৩) শীজিন্নবা লোইরকপদা লৈবাক ওঞ্জখিগদবা Biodegradable Weed Mats : লিমোন, য়ুবীগী মশিং নৎত্রগা পান্বীগী লেমখাকশিংনা শাবা চান্মদা চাম্না ওর্গানিক ওইবা পোৎলমশিংনা শাবা ৱীড মেটনি।

অঙৌবা ৱীড মেটকী মথক্তা চারাশিং থম্বা

চহী খরা শীজিন্নরবা মতুং ৱীড মেটতু পাথরক্লবা মতুংদা লৈবাক্তা তুমজখি হার ওনখি। মনা-মশিং থাফম অমসুং অতেনবা মতমগী পান্বীশিংগী ওইনা শীজিন্নৈ।

সে:ন:	খেন্নরিবশিং	ৱীড মেট	পোলি মচল (Mulching Sheet)
১.	শানবা মচাক	রুভন অমসুং নন-রুভমন অনীমক Polypropylene না শাই	অপাবা Polythelene নি অহোবা য়াওদে।
২.	ঈশিং ফাওবা ফাওদবা	ৱীড মেট ফাওনা পান্বীগী মচিঞ্জাক, ঈশিং, নুংশিৎ চৎপা ঙমহল্লি।	ঈশিং, নুংশিৎ, মচিঞ্জাক অমত্তা লীৎপা ঙমদে। ফাওদোক-ফাওজিন তৌদে।
৩.	নুংশা মঙাল	নুংশা মঙাল ফাওবা ঙমদে	নুংশা মঙাল ফাওবা ঙমদে
৪.	মপূন্সি	চহী ৩-৫ ফাওবদি চৎলি	অতেনবা মতমগী ওইবা পান্বীশিংদা শীজিন্নৈ। থা ৩-১১ মুক্তা চৎলি
৫.	শীজিন্নফম	উহয়-ৰাহয়গুম অশাংবা মতমগী পান্বী, লম্বী অমসুং চারাশিংগী মখা থানৈ	মনা-মশিং থাফম- উমোরোক, ষ্ট্রোবেরি, খামেন, খামেন অশিনবা, কেপসিকম...
৬.	শেঞ্জং	অহানবদা শেল চঙবা মাল্লি অদুবু শীজিন্নগদৌরিবা মতমগা পাথোক্লবদা শেল চঙদবগুম্বনি।	অহানবগী শেঞ্জং ৰাংদে। অদুবু থারিবা পান্বীশিং ফাওরগা মতুং অতোপ্পা অমুক থাবীবা পান্বীদুগী অমা অমুক হাপকনি।
৭.	ঈশিং পীবদা	নোংগী ঈশিং অমসুং মথক্তগী চাইরিবা ঈশিং লৈবাক য়ৌনা ফাওজিনবা ঙম্মী।	পোলী মলচতি ঈশিং ফাওদে, পোলী মলচ অমসুং লৈবাক্কী মরক্তা Drip irrigation পীবা চঙই।

কাঙলোন চুম্না নাপী লাকশিনসি। Technology খূদিংমক শীজিন্নফম চানা শীজিন্নবা মতমদা শেঞ্জং হন্থগনি, পোথোক ৰাংগনি।